Kumáradžíva

Stručné vysvětlení meditačních metod

Komentáře: Bhante Dhammadípa





KUMÁRADŽÍVA

Stručné vysvětlení metod dhjány

S KOMENTÁŘI BHANTE DHAMMADÍPY[1]

- Odkaz na Bhanteho anglický text a jeho doplnění
- Odkaz na překlad komentovaného textu do češtiny
- Odkaz na přepsaná videa
- Odkaz na přepsané audio nahrávky

Úvod

Bhante Dhammadípa:

Budu rozebírat text, který jsem přeložil z čínštiny pro Bombajskou univerzitu. Je to krátké vysvětlení metod *dhjány*. Tento text je připisován Kumáradžívovi[2]. Možná, že jste slyšeli o velkém Kumáradžívovi, který je snad, pokud ne vůbec nejvýznamnější, tak jedna z nejvýznamnějších osob čínského buddhismu. Z velké části, díky němu se čínský buddhismus stal neoddělitelnou součástí čínské kultury. Je to vlastně nejznámější popularizátor buddhismu. Jeho peru se připisuje mnoho, mnoho překladů. A jeho překlady jsou dodneška nejvíce čtené sútry a šástry v čínském buddhismu. Obzvlášť známý je jeho překlad Vimalakírti sútry, Lotosové sútry atd., nejpopulárnějších písem čínského buddhismu dodnes, všeobecné známé nejen intelektuálům, ale i prostému lidu. Protože Kumáradžíva psal jazykem srozumitelným běžným i nevzdělaným lidem. Jeho jazyk je jednoduchý, jasný a jeho vliv nikdy neustává. Vlastně i dnes je s Süan Cangem nejčtenější autor nebo překladatel čínského buddhismu.

V čínském buddhismu je snad nejdůležitější Jógáčárabhúmišástra, kterou sice přeložil Süan Cang, ale přeložil Pradžňápáramitá šástra, komentář k Pradžňápáramitásútra od Nágárdžuny, o 25000 verších, který je dodnes základní písmo o meditaci v čínském buddhismu. Kumáradžíva patří do doby, kdy v čínském buddhismu, také z velké části díky jeho zásluze, začíná jasně převládat mahájánové učení. On sám byl snad nejdůležitějším hlasatelem, jeden z prvních a nejdůležitějších hlasatelů tohoto učení. Ale byl, což je speciální, trénován v tzv.

[1] https://www.dhammadipa.cz/biografie/
[2] Kumáradžíva, 344 - 413, nejvýznamnější překladatel buddhistických sanskrtských textů v Číně. Více viz Slovník

základním buddhismu, obzvláště v *sarvástivádě*. Je velký znalec *Abhidharmy*, je velký znalec základního buddhismu, súter základního buddhismu, šáster základního buddhismu a staví vlastně své učení na tomto základním buddhismu. Jeho nejdůležitější dílo, které přeložil je snad Lotosová sútra, která hlásá ékajána – jenom jeden vůz. V době, kdy Kumáradžíva žil, tedy v pátém, šestém století, obzvláště v pátém století většina buddhistických učenců spojovala učení sarvástivády[3] sautántrika[4], to bylo spojené s jistou inklinací k mahájánovému učení. To bylo typické pro jeho dobu.

A tento traktát, který je připisován jemu, ovšem většina učenců se domnívá, že je to z pera z jeho žáků, kteří sestavili (to není pouze tento traktát, který se nazývá Čchan-fa jao-ťie (Chanfa yaojie) – Krátké vysvětlení metody *dhjány*, ale jemu se připisují i jiné traktáty o meditaci, asi pět. Toto krátké vysvětlení metod *dhjány* je jeden z nich. Některé byly už přeložené do angličtiny, tu co jsem já přeložil, to je vlastně první překlad. Troufl jsem si na něj právě proto, že jeho jazyk je neobyčejně jednoduchý a jasný, takže vlastně i začáteční v klasické čínštině můžou bez velkého úsilí rozumět.

---

[3] sarvástiváda, přibl.: „nauka, jež hlásá, že všechno je“; hínajánová škola, která se za vlády krále Ašóky odtrhla od sthavirů. Jméno školy se odvozuje od základní teze, že všechno, minulé, přítomné i budoucí, existuje současně. Sarvástivádinové byli zastoupeni především v Kašmíru a Gandháře. Stojí na pomezí mezi hínajánou a mahájánou. Sarvástivádinové měli svůj vlastní kánon, sestavený v sanskrtu, který se v současné době dochoval v čínském a tibetském překladu. Nejvýznamnějšími díly této školy jsou *Abhidharmakóša* od Vasubandhua a Mahávibhášá („Velká exegeze"), které vzniklo za předsednictví Vasumitry na koncilu v Kašmíru a kterému škola vděčí za jméno vaibhášika, pod nímž rovněž vešla ve známost. Mahávibhášá představuje souhrn učení sarvástivády a je nejmladší ze sedmi textů Abhidharmapitaky. Dalšími důležitými díly jsou Abhidharmahrdaja, které v deseti kapitolách odráží „srdce *Abhidharmy*". Rovněž Vibhášá od Kátjájaniputry podává shrnutí nauky. Popis mytického vesmíru buddhismu skýtá Lókapradžňapti. K otázkám disciplíny se dochovala jen Vinajavibhášá.
Učení sarvástivády představuje radikální pluralismus, který se opírá o popření skutečnosti „já", jakékoli substance či duše (anátman), a na tvrzení o existenci momentálních jednotek, tzv. dharm.
Sarvástivádinové předpokládají 75 rozličných dharm, jež (podobně jako u dávné představy o atomech) tvoří poslední, nedělitelnou skutečnost. Považují je za opravdové. Rozlišují podmíněné (sanskrta) a nepodmíněné (asanskrta) dharmy. K těm posledním se počítají prostor (ákáša), apratišthitanirvána a pratišthitanirvána.
Podmíněné dharmy se dělí do čtyř kategorií: podoba či hmota (rúpa); vědomí (vidžňána); duševní faktory (čétasika), tj. všechny psychické procesy a dharmy, které nejsou ani formou ani vědomím, k čemuž se počítají např. stáří, životnost, dosažení, nedosažení, nestálost atd.
Tyto podmíněné dharmy však podle představ sarvástivádinů nevznikají, ale existují odjakživa a pouze se přeměňují z latentního stavu do projeveného. Z toho pochází názor, že „všechno je", když je minulost, přítomnost i budoucnost zároveň obsažena v jedné dharmě. Kromě toho nacházíme v sarvástivádě ranou formu mahájánského učení o trojím těle (trikája) a víru v budoucího buddhu Maitréju, jež postupně stále nabývala na důležitosti. (Lexikon východní moudrosti)

[4] sautrántika, hínajánová škola, která někdy kol. 150 př. Kr. vznikla ze školy sarvástivády. Jak napovídá název, opírají se její stoupenci výlučně o Sútrapitaku a odmítají Abhidharmapitaku sarvástivády, stejně jako její teorii, že „všechno je". Sautrántikové vycházejí z existence jemného vědomí, které tvoří základ lidského života a přechází od jednoho znovuzrození do druhého. Na rozdíl od vátsíputríjů, kteří předpokládají existenci celé „osobnosti", jež přetrvává od existence k existenci, vidí sautrántikové nositele koloběhu životů pouze ve vědomí; zbývající čtyři skandhy po smrti splývají s tímto vědomím. Tato představa trvale existujícího vědomí měla značný vliv na školu jógáčáry. U sautrántiků je nejsilněji vyjádřena teorie chvilkovosti všeho jsoucího: v každé existenci vidí pouze nepřetržitou posloupnost okamžiků; trvání je zdáním, iluzí, kterou vyvolává jen těsný sled jednotlivých momentů. Nirvána představuje pro sautrántiky čistě negativní duchovní událost, je to nebytí; vysvobozený je zničen. (Lexikon východní moudrosti)

Nechci příliš hovořit o jeho životě, o jeho době, jeho život je též legendární, byl velký jogín, o kterém se povídá neskutečně mnoho historek, o jeho nadpřirozených schopnostech. Bezpochyby to byla jedna z nejtalentovanějších osob, které vůbec buddhismus produkoval, obzvláště v Číně.

Potud, co se týče úvodu. Jestliže chcete poznat víc, tak vyšla jeho biografie, myslím v angličtině. A mnoho bylo o něm napsáno. Narodil se v Kuča , což je ve střední Asii, patří do Sin-ťiangu, do Čínského Turkestánu, kde je jeho velká socha, a kde je obzvláště uctíván. Je vlastně sám produktem středoasijské kultury, která mísila jak čínskou, tak i indickou kulturu, tak i místní středoasijskou kulturu, a též byl samozřejmě i vliv perský, řecký. Jedná se o neobyčejně otevřenou kulturní komunitu. Kumáradžíva pak strávil většinu života v Číně, v hlavním městě Čchang. Byl též zajat, dokonce několikrát, protože každý si ho chtěl přivlastnit. Jeho popularita v té době nemá žádnou obdobu. A pokračuje dodnes.

Kumáradžíva:

Meditace o nečistém

Když si praktikující přeje přijmout Dharmu, učitel se nejprve zeptá, zda dodržuje pět přikázání. Má-li praktikující mnoho smyslových tužeb[5] , bude ho učitel muset nejprve naučit[6] rozjímání o nečistotě[7]. Rozjímání o nečistotě je dvojího druhu. První je spojeno[8] s odpornými předměty, druhé s neodpornými[9]. Proč tomu tak je? Mezi bytostmi existuje šest druhů tužeb[10]: barvy[11], tvary a postavy, tělesné postoje, zvuk, touha po jemném doteku[12] a lidské podoby. Ti, kdo jsou připoutáni k prvním pěti druhům žádoucích předmětů, jsou vedeni k rozjímání o nechutných, ošklivých předmětech. Ti, kdo jsou připoutáni k lidským podobám, jsou vedeni k rozjímání o kostře. Nebo může být kontemplace zaměřena na mrtvolu, která se rozpadla nebo ještě nerozpadla. Kontemplace mrtvoly, která se ještě nerozložila, může odstranit připoutanost k tělesným polohám a zvukům. Rozjímání nad již rozpadlým tělem však může odstranit všech šest druhů připoutanosti.

Pokud jde o praxi kontemplace nečistého, existují dvě metody. První z nich je kontemplace rozkládající se, shnilé mrtvoly a její porovnávání s vlastním tělem jako stejným. Tato kontemplace pak vede k odporu. Po uchopení nechutného znamení se člověk odebere na klidné místo, například k úpatí stromu nebo do prázdného příbytku, a pomocí znamení rozjímá o nečistotách vlastního těla, přičemž svou mysl připoutá k různým místům v těle a nenechá se rozptylovat vnějšími projevy. Kdykoli se jeho mysl začne toulat, opět ji shromáždí v těle.

Druhý způsob kontemplace spočívá v tom, že i když meditující nevidí objekt vlastníma očima, analyzuje ho v souladu s tím, co si zapamatoval z poučení od svého učitele, a tak uvažoval o tom, že jeho vlastní tělo je plné třiceti šesti druhů nečistých předmětů: vlasů na hlavě, chlupů na těle, nehtů, zubů, smrkání, slz, slin, potu, špíny, tuku, kůže, bránice, masa, šlach, žil, dřeně, mozku, srdce, jater, sleziny, ledvin, plic, žaludku, tenkého a tlustého střeva, blány, žlučníku, hlenu a tak dále[13]. Všechny tyto části těla obsahují krev, výkaly, moč a hostí v sobě všechny

[5] Kámarága, 淫欲

[6] Ašubhabhávaná, 不淨觀

[7] Viz Mahávíbhăštra t. 1545, sv. 27.:205; Zhong guan chu: Rozjímání o nečistotách je počátkem všech rozjímání; také tamtéž: 207. Podstatou tohoto rozjímání je ne-chamtivost, alóbha, také A.K. kap. 6 verš 9. tr. Poussin: 149.

[8]Sanirvedášubha.

[9] 大智度論, Nágárdžuna; Mahápradžňápáramitášástra 卷 21 Rozjímání o nekrásném (ašubha) je dvojího druhu: o nečistém 不清 a o čistém 清 .

[10] Srovnej se čtyřmi druhy tužeb v Abhidharmakóši kap. 6, verš 9c, pozn. překl. Swami Dwarikadas Sastri, Baudha Bharati Series 5,6,7,8s.865, tr. Valerie de la Poussin s. kap.6 s. 149. Viz také Šrávakabhúmi od Áčárja Asangy. ed. Dr. K. Shukla, Jayaswal Institute 1973. Druhá Jógasthána str. 205 pět druhů rág, pět druhů kontemplací, 205. Nebo viz čtyři druhy předmětů spojených se smyslovými touhami v kapitole Jógáčárabhúmišástra 26; 顯色， 形色， 妙觸， 承事。

[11] Odpovídá xianse 顯色 , viz Poussin A.K., 149

[12] Odpovídá miaochu 妙觸; Poussin; desir de contacts.

[13] Srovnej s Cestou čistoty (The Path of Purification), tr. Ñānamoli Bhikkhu, kap. 6 ; Nečistota jako předmět meditace, neboli Jógáčárabhúmišástra, Šrávakabhúmi Jogasthána 3; dva druhy kontemplace nečistého; vnitřně:

druhy červů. Tímto způsobem není toto tělo ničím jiným než nahromaděním nejrůznějších nečistot, které nesou iluzorní označení tělo[14].

Takto uvažuje o sobě a také o těle druhých, k nimž může být připoután. Pokud se mu znechutí smyslné touhy, jeho mysl se zklidní. Pokud se jeho mysl neuklidní, bude muset v praxi pilně pokračovat a pokárat svou mysl, která přemýšlí:

Stárnutí, nemoc, smrt a utrpení jsou vždy blízko. Život plyne jako blesk. Toto lidské tělo je těžké získat a dobrého učitele je těžké potkat. Buddhova dharma brzy zhasne jako lampa za úsvitu. Je-li soustředění mysli přerušeno, vyvstane příliš mnoho nepříjemností - vnitřně jako nečistoty a zvenčí jako zástupy Márů. V zemi nutně nastane hlad, nouze, stárnutí a nemoci. Zloděj smrt má velkou moc přerušit praxi soustředění mysli. Bude to děsivé, protože zloději poskvrn mi stále mohou způsobit velké škody a já jsem ještě nezískal hluboké soustředění. I když nosím oděv Dharmy, uvnitř jsem marnivý jako obyčejný člověk. Všechny brány nižších říší jsou mi stále dokořán. Mé zdravé dharmy ještě nestačí k dosažení správného soustředění. Všechny nedobré dharmy mi jistě ještě mohou uškodit. Jak tedy mohu být stále připoután k tomuto pytli špíny, když jsem tak líný, abych nebyl schopen svou mysl zkrotit pílí? Toto ubohé tělo, pokárané moudrými, vylučuje nečistoty ze svých devíti dutin, a přesto jsem k němu stále připoután. Proto mohu zemřít jako zvíře, srážející se do temnoty, a to je krajně nežádoucí.

Tímto způsobem se meditující nutí k rozjímání o nečistotě. Když se pokárá, soustředí svou mysl na předmět meditace. Někdy je nutné nechat mysl, aby se radovala. Zde si meditující připomene myšlenku: Buddha je vševědoucí. Vysvětluje přímou cestu, která je snadno pochopitelná a snadno se praktikuje. Je to můj velký učitel, takže bych se neměl bát a dělat si starosti. Stejně jako ti, kdo spoléhají na velkého krále, jsou zbaveni strachu a obav, tak i všichni arahantové vykonali to, co vykonat mají. Jsou to moji společníci, kteří si již podmanili svou mysl jako věrného otroka. Protože jejich mysl je již podmaněna, jsou obdařeni všemi druhy plodů cesty a mistrovstvím šesti nadpřirozených sil. Měl bych si tedy také podmanit svou mysl a usilovat o dosažení téhož. To je jediná cesta, žádná jiná neexistuje.

Po tomto rozjímání[15] se vrací k meditaci o nečistotách. Dále praktikující s potěšením vzpomíná:

V počáteční fázi praxe foukal vítr nelibosti, který rušil mou mysl. Protože jsem však toužil po dosažení stezky, nemohlo mě zkazit pět druhů tužeb po vyšších příjemných smyslových objektech[16], o těch protivných ani netřeba mluvit.

---

36 tělesných částí - kájánupassana, a vnější: rozkládající se mrtvoly. Také tamtéž. Srovnej Shukla, 373 bhútašankalika a abhútašankalika, také Mahávibhášašástra, T.S, 27: 207.

[14] Tamtéž, 8. kap. Bdělá pozornost (mindfulness) zabývající se tělem.

[15] Srovnej V.M. 4. kap., deset druhů dovedností v pohroužení.

[16] Kámaguṇa 五欲, Nágardžuna, Mahápradžňápáramitášástra 大智度論. 28. kapitola; Obviňování tužeb po pěti druzích smyslových objektů je prostředkem k dosažení dhjány.

Stejně jako když starší Mahámaudgaljájana dosáhl arahatské cesty, přistoupila k němu kurtizána, ozdobená nejrůznějšími šperky, v radostné náladě a s touhou ho svést. Mahámaudgaljájana tehdy pronesl tyto verše:

Vaše tělo[17] *drží vzpřímeně díky kostem.*

Kůže a maso je drží pohromadě.

Je naplněno nečistotami,

které neobsahují jedinou hodnotnou věc.

Vaše tělo je jen kožený vak, v němž se drží výkaly a moč.

Z devíti dutin z něj vytékají nečistoty.

Je to jen přízrak, který nemá žádnou hodnotu,

jak si ho můžeš dál vážit?

Vaše tělo je jen pohyblivý záchod,

je pokryto tenkou vrstvou kůže.

Mudrci se mu vyhýbají,

stejně jako člověk po sobě zanechává (páchnoucí) latrínu.

Pokud lidé znají vaše tělo,

je tak odporné, jako ho znám já,

budou se od něj všichni držet dál,

jako se člověk vyhýbá jámě s výkaly.

Vaše tělo je ozdobené,

má všechny druhy vůní a šperků.

Obyčejní lidé po něm touží,

ti, kdo jsou moudří, nejsou zmateni.

---

[17] Srovnej s Theragátha, Satthikanipáta, Mahámoggallána verše 1150-1157, viz Pali Text Society edited. Oldenberg a Pischel.

Tvé tělo je jen sbírkou nečistot,

hromada špíny všeho druhu.

Je to jen dobře vyzdobená latrína,

objekt záliby hlupáků.

Vaše žebra visí na páteři,

jako krokve připevněné k hřebenům.

Pět orgánů v dutině vašeho těla,

jsou nečisté jako výkaly v bambusové brašně.

Vaše tělo je příbytkem výkalů,

milované a opečovávané hlupáky.

Když je ozdobeno drahokamy,

vypadá zvenčí dobře jako váza s květinami.

Ten, kdo chce poskvrnit prostor,

se mu to nikdy nepodaří.

Teď si přeješ laškovat se mnou,

jako můra, která se vrhá do ohně.

Teď všechen jed smyslných tužeb,

jsem již zcela vymýtil.

Pět druhů smyslných tužeb je opuštěno,

síť Márů byla rozbita.

Má mysl je jako prázdný prostor,

nic se do ní nemůže dostat.

I kdyby si přál přijít posel bohů,

nebude schopen tuto mysl poskvrnit.

Bhante Dhammadípa

Tak začneme přímo s traktátem. První tři kapitoly je třeba vidět víceméně jako jeden celek. O tom budu mluvit. První kapitola je po nadpisem *Ašubhabhávaná*, což znamená kontemplace nehezkých objektů, za účelem odpoutání se. Pak druhá kapitola pojednává o podmínkách praxe *dhjány*, jaké jsou podmínky k tomu, aby jogín uspěl v praxi *dhjány*. A třetí kapitola, jak říkám tyto tři kapitoly na sebe navazují, můžeme je vidět jako jeden celek, vysvětlují nezbytnou přípravu k tomu, aby člověk v dhjáně uspěl. Třetí kapitola je o pěti překážkách, které meditujícím zabraňují se dostat do stavu *dhjány*.

Co je *dhjána*? *Dhjána* nebo džhána (v páli) je od sanskrtského kořene *dhjá* (*džhá*). Většinou si myslíme, že *dhjána* musí mít nějaký mystický význam, ale *dhjá* nebo *džhá* znamená prostě myslet, kontemplovat. *Dhjána* je vysvětlena jako *upadhjidhjána* (*upadhidžána*), což znamená kontemplovat, myslet, za prvé zblízka – *upa*. *Upa* znamená zblízka a též znamená negaci. Čili kontemplovat, myslet zblízka se může vysvětlit jako nemyslet. Nemyslet tedy konceptuálně. Nemyslet slovy. A *dhji* je empatický prefix, to znamená myslet zblízka nebo nemyslet se silnou myslí. Neznamená to nic jiného, než vlastně ve stavu *dhjány* meditující *splývá* s objektem svého myšlení, objektem své kontemplace. A tím pádem tento objekt a jeho mysl začíná tvořit jeden celek.

Disciplína

A co říká text? Jak se dostaneme do tohoto stavu? Text říká: Předpokladem praxe *dhjány* je disciplína (*samvara*).

Jak by studenti buddhismu měli vědět, Buddha ze všech ctností asi nejvíce chválí disciplínu. Taktéž v Dhammapadam najdete verše:

Disciplína těla, disciplína řeči, disciplína mysli, když mnich praktikuje, bude mnich, který je ve všem disciplinovaný, zbaven všeho utrpení.

Stejně tak disciplína oka, disciplína ucha, disciplína nosu, disciplína jazyka, disciplína těla, disciplína mysli – ten, kdo takto praktikuje se zbaví všeho utrpení.

Čili, disciplína je považována v tomto smyslu za předpoklad praxe *dhjány*. A praxe *dhjány*, tedy hluboká koncentrace a učitel, podle buddhistického písma, je pak předpoklad moudrosti. A nakonec, je to moudrost, která vlastně jediná nás může vysvobodit ze stavu utrpení.

Rozdíl mezi severním buddhismem a jižním buddhismem, který už je jasně znát i v tomto spisu, je, že jižní buddhismus odděluje praxi *dhjány*. V *Abhidharmě* vysvětlujeme *sammá samádhi*, to je poslední člen Střední cesty, a vlastně vyvrcholení Střední cesty, jako sammá *samádhi* se

vysvětluje jako základních osm *dhján*. Čtyři *dhjány* ve sféře jemných objektů, čtyři *dhjány* ve sféře bez foremna. To je základní výcvik v hluboké koncentraci, ale na základě tohoto výcviku v hluboké koncentraci pak je většinou v písmu vysvětlena *vipassaná*. Tedy moudrost. Moudrost, která vede k ukončení utrpení. V severním buddhismu, už v *Abhidharmě* severního buddhismu (*Abhidharma* kóša atd., tento spis je tím též zajímavý blízkým vysvětlením meditace). Severní buddhismus nazývám ten, který se dostal do světa pomocí jazyka sanskrt. Jižní buddhismus se dostal do světa pomocí jazyka páli. My se vyhýbáme tomu označení mahájána, hínajána, je to jisté pejorativní označení, které by se nemělo používat. Učení Buddhy, a to též zdůrazňoval Kumáradžíva, je vlastně jedna *jána* - *buddhajána*.

A severní buddhismus měl vždy tendenci *spojovat* praxi koncentrace, to máme též v tomto traktátu, s praxí moudrosti. To je vlastně meditace. Meditace znamená v indické tradici *bhávaná*[18]. A bhávaná znamená kultivace. My překládáme jako meditace, protože nemáme lepší slovo, v čínštině též, vlastně překládají meditaci jako kultivaci, kultivaci těch ctností, těch sil, které nutně potřebujeme k tomu, abychom odstranili stav utrpení. To je meditace.

A z těch sil, které potřebujeme k odstranění utrpení, právě síla moudrosti a síla koncentrace jsou nejdůležitější. V *Pradžňápáramitásútra* je koncentrace srovnávána s Měsícem a moudrost (*vipassaná*) se Sluncem.

V indické tradici jógy obsah vysvobození je vždy vysvětlován jako *samádhi*. A v buddhismu stejně tak, jako v Pataňdžaliho Jógasútře, ve Védántě atd. My vlastně rozlišujeme i v buddhismu i v džinismu dva druhy *samádhi*. *Samádhi* s objektem, který se dá uchopit, se světským objektem, jako je dech, jako jsou části těla, jako jsou barvy atd., jako jsou různé koncepty, láska, soucit, radost, odpoutání atd. Všechny tyto koncepty můžou sloužit k prohloubení vědomí. Objekt.

A existuje též tzv. *nadsvětské samádhi*, *lókuttar*a *samádhi* (*lókóttara*). A to je v buddhismu a též vlastně v tradici jógy, to je obsah osvobození. Ten, kdo má osvobození z utrpení vlastně prodlévá kde? Prodlévá v nadsvětském *samádhi*. To znamená v tomto nadsvětském *samádhi* není místo na příliv a odliv nečistot, z vědomí a do vědomí.

Čili, ať už buddha, plně probuzený buddha či ne úplně probuzený buddha, či částečně probuzený buddha, *arahat* nemůže opustit stav uvědomění a pozornosti, vědomé pozornosti, protože jeho přirozený stav je stav *samádhi*. Tím pádem ve svém vědomí nemá místo na znečištění, na *ásrava*[19] (*ásava*).

---

[18] bhávaná, hloubání, rozvíjení ducha, všechna cvičení, jež jsou povětšině označována jako "meditace". Rozlišujeme dva druhy bhávany: rozvoj duševního klidu (šamatha) a jasnozření (vipašjaná, vhled). Duševní klid představuje předpoklad pro dosažení jasnozřivosti. Podle Visuddhimaggy existuje 40 různých cvičení, jež vedou k dosažení klidu. Zahrnují pohřížení (*dhjána*), vytržení (samápatti) a soustředění (*samádhi*).

Ke 40 cvičením patří: 10 cvičení kasina, přemítání o 10 odporných předmětech (ašubha), desatero rozjímání (anussati), 4 brahmaviháry, 4 arúpasamádhi, představa odpornosti potravy a rozbor čtyř prvků (dhátu vavatthána). (Lexikon východní moudrosti)

[19] ásrava (pa. ásava), dosl.: "výtok, výměšek", též "poskvrnění"; tři poskvrny tvoří kořen veškerých strastí a příčinu toho, že jsou bytosti zajaty v koloběhu znovuzrození:

A základ pro tento stav je právě disciplína. A v tomto traktátu oproti např. *Visuddhimagga* nebo i jiným *šástrám* se autor vůbec nerozepisuje o disciplíně. Základní disciplína, pět příkazů, pět sil - *paňča*-síla, je vlastně *základ*. Abychom mohli kultivovat ctnosti, které potřebujeme k probuzení, musíme mít disciplínu. Tato disciplína ze začátku je na základě přikázání, které jogín dodržuje. A pak se stává přirozená disciplína. Ta přirozená disciplína je *základ, pakuti-samvara* je přirozená disciplína, je základ pro trénink v *samádhi*. Jestliže nemáme přirozenou disciplínu, najdeme tento trénink ve stavu hluboké koncentrace velice těžký. Ale bude snadný, jestliže přirozenou disciplínu máme. A k přirozené disciplíně se většinou člověk dostává tím, že na sebe bere první příkazy, které dodržuje. Ty nejzákladnější příkazy, to je pět přikázání, které vlastně jsou podobné ve všech náboženstvích. To je základ etického jednání.

Meditace na ošklivé

A jestliže máme tento základ etického jednání, co vysvětluje dále traktát? *Asubha*-bhávaná[20]. Jak říkám *bhávaná*, meditace vlastně znamená kultivace. *Subha* znamená krásný a *asubha* znamená ošklivý. Kontemplace toho, co se nám hnusí. Co je ošklivé. Tím vlastně tento traktát začíná. První kapitola je tedy o kontemplaci toho, co je ošklivé.

Proč máme věnovat pozornost tomu, co je ošklivé? Tomu, co se nám nelíbí? Právě proto, že naše chtíče jsou založené na pozornosti na to, co chceme, co se nám líbí. A jestliže tento chtíč mít pro sebe, užívat pro sebe objekt, který se nám líbí je hlavní naší motivací, našeho jednání, tak pak se do stavu hluboké koncentrace nedostaneme.

A učení buddhismu má svůj základ ve čtyřech vznešených pravdách. Čtyři vznešené pravdy, je pravda strasti a důvod pravdy strasti, poznání pravdy strasti je vyvstání strasti. Což je vlastně chtíč. Jelikož máme chtíč, trpíme.

Právě proto v severní tradici buddhismu vysvětlujeme, ale vůbec v buddhismu vysvětlujeme - teď mluvím o *Abhidharmakóša*, která je vlastně základ pro studium severního buddhismu. A v *Abhidharmakóša* máme čtyři předpoklady k tomu, abychom mohli úspěšně kultivovat. Kultivovat co? Kultivovat ty ctnosti, které potřebujeme k vysvobození z utrpení. A král těchto

---

1. poskvrna chtíče (sa. kámásrava, pa. kárnásava)
2. povstávání (sa. bhavásrava, pa. bhavásava)
3. nevědomosti (sa. avidjásrava, pa. avidždžásava).

Odstranění těchto tří poskvrn znamená dosažení arhatství.
Nauka o poskvrnách představuje poslední stádium v historické posloupnosti rozličných vysvětlení, proč bytosti vězí v koloběhu životů. Zahrnuje obě podoby žízně (tršná) a dále nevědomost (avidjá), jež v nauce o závislém vznikání (pratítjasamutpáda) tvoří kořeny utrpení. (Lexikon východní moudrosti)

[20] ašubha – *asubha*, dosl.: "nepříznivý, nešťastný, nečistý, ošklivý"; protiklad: šubha ("příznivý, šťastný, slibující dobro"). Přemítání o deseti odporných předmětech. Jedno ze 40 meditačních cvičení (bhávaná), jež je uvedeno ve *Visuddhimagga* a v zásadě se kryje s cvičením přemítání o pohřebišti. Často ašubha označuje též přemítání o 32 tělesných částech (satipatthána, přemítání o těle).

ctností je moudrost, královna je hluboká koncentrace. Ale ani hluboká koncentrace, ani moudrost nemůžou přijít samy o sobě. Vždy přichází jedině za předpokladu, že kultivujeme i jiné ctnosti. Obzvláště úsilí o uvědomělou pozornost, tedy *sati*.

Tyto ctnosti ve stavu *dhjána* a ve stavu světského i nadsvětského *samádhi* přichází spontánně a vždy pohromadě. Nedají se od sebe oddělit. Ve *Visuddhimagga* máme krásný příklad. Příběh čtyř přátel, kteří jdou oslavovat festival bohyně moudrosti neboli Sarasvatí. A chtějí natrhat ze čampa stromu krásné květy, aby obětovali moudrosti, symbolu moudrosti. A jeden z těchto přátel chce natrhat květy, postaví se na špičky, ale na ty květy nedosáhne. Tak druhý přítel se shrbí a řekne mu: postav se mně na záda a dosáhneš. Pak natrháme květy a půjdeme všichni uctívat moudrost. Tak stoupne na záda, ale nemá žádnou stabilitu, tak se svalí. Tak přijde další kamarád a ten mu dá rameno, takže se může opřít. Tím, že se opře, postaví se pevně na záda, tak dosáhne na ty květy. Jedná se vlastně o tři přátele, ale jedná se čtyři ctnosti, ta čtvrtá ctnost už je v praxi moudrosti, koncentrace a úsilí, už je obsažena. Ten, kdo podpírá, to je úsilí. Ten, kdo se shrbí, to je koncentrace. A ten, kdo dosahuje právě těch květů, to je moudrost. A to, že můžou fungovat pohromadě, to je právě díky sati, díky uvědomělé pozornosti. Uvědomělá pozornost je základ jak pro správné úsilí, tak pro správnou koncentraci, tak i pro moudrost.

V severním buddhismu uvědomělá pozornost má základ v moudrosti. V jižním buddhismu vysvětlujeme, že má základ v koncentraci. Ale v praxi uvědomělé pozornosti, v praxi sati, vlastně spojujeme moudrost s koncentrací. A tím pádem můžeme dosáhnout květů, které můžeme obětovat moudrosti.

Čili vlastně meditace v indické tradici znamená kultivace těchto ctností. Jestliže tyto ctnosti se objeví pohromadě, ony též nepřichází samy, přichází i s jinými ctnostmi, v buddhistické tradici 37 důvodů probuzení, 37 ctností. A tyto ctnosti, počínaje právě praxí uvědomělé pozornosti, *sati*, *sammá sati* – *sammá sati* vede k správnému úsilí, správné úsilí vede k hluboké koncentraci, hluboká koncentrace vede k pěti schopnostem, které potřebujeme k tomu, abychom získali probuzení. Ty, když se stanou síly, pak těch sedm faktorů probuzení může dozrát. A pak osmičlenná střední cesta se objeví ve stavu *samádhi*. Objeví se dohromady.

Jindy, pokud objekt není nadsvětská realita, ať už vysvětlujeme jakkoliv, pak tato osmičlenná střední cesta *nemůže* vyvstat pohromadě. Vždy bude odděleně.

No, a teď jelikož osmičlenná cesta je k tomu, abychom poznali stav nad utrpením, a důvod utrpení je v buddhismu chtíč. Právě proto tento traktát začíná praxí kultivace pozornosti na ošklivý objekt. Na nehezký objekt. *Ašubha* (*asubha*), *asubha-bhávaná*.

V *Abhidharma*-kóša, jak už jsem se zmínil, máme čtyři předpoklady úspěchu v kultivaci. První je izolace těla a izolace mysli. Pak málo přání - *alpeččhatá*. Pak *santušti*, což znamená contentment, spokojenost. No a dále tzv. čtyři *arija-vamsa*[21]. To znamená čtyři tradice ctihodných bytostí, *arija*. Jaké jsou čtyři tradice ctihodných osobností? Ctihodné osobnosti

[21] arija-vamsa, v sansktu: arjavamsa.

jsou ty osobnosti, které jsou spokojené s tím, co mají. S jídlem, co mají; s obydlím, co mají; s šaty, co mají; a s léky, které mají. Tomu se říká *arija-vamsa*. Tradice úctyhodných.

Tedy, abychom získali schopnost hluboké koncentrace, musíme najít spokojenost v sobě. Abychom našli spokojenost v sobě, musíme praktikovat málo přání. A abychom praktikovali málo přání, *musíme se* obrátit vědomím dovnitř těla. Tomu se říká *kája-vivéka*. Vivéka má smysl odloučení, izolace, a má též smysl moudrosti. Tím, že se obrátíme do těla, mysl obrátí do těla, tím pádem získává schopnost hlubší koncentrace. Jestliže mysl se toulá venku, *automaticky* bude pobíhat k tomu objektu, který na ni udělá impakt. A tím pádem ztrácí schopnost izolace vědomí. Co znamená izolace vědomí? *Čitta vivéka*. Je to stav *dhjány*. Mysl je izolovaná od všeho a plně se věnuje objektu koncentrace. Který se stává vlastně hlavním, dominantním objektem pozornosti. Takže pozornost neběhá z objektu na objekt, ale zůstává u jednoho objektu.

Ze začátku se tento trénink děje na objektu, který se dá uchopit. Jakožto dech, jakožto rozdílné části těla. A pak, jestliže získáme schopnost zůstat u tohoto objektu, no tak pak můžeme kontemplovat na nestálost těch jevů, věnovat se nestálosti všech jevů. Nebo se věnovat v severním buddhismu potom i konceptu prázdnoty, jakožto jediné reality.

Tento traktát, ačkoliv vysvětlení meditace je prakticky stejné, jako v sarvástivádové tradici, jako v Mahávibháša-šástra, přesto Kumáradžíva vlastně nás zadními dveřmi uvádí do kontemplace prázdnoty, jakožto jediné reality. I v tomto traktátu máme vlastně jasnou tendenci k tomuto pochopení. Tedy z hlediska severního buddhismu my kontemplujeme čtyři vznešené pravdy, abychom pochopili nakonec jedinou pravdu, a to je pravda prázdnoty. Jiná pravda vlastně neexistuje.

A tento traktát nás, jak uvidíme, nepřímo vede k tomuto pochopení.

Dále. Kontemplace toho nehezkého, nebo kultivace pozornosti na to nehezké je dvojího druhu. První je spojená s objekty, které nás znechucují a další je spojená s objekty, které nás neznechucují.

Což je též specifika (ne úplně specifika, my máme podobné věci v *théravádě*, najdete stejné pojednání v Mahávibháša[22]-šástra, *Abhidharmakóša*) – vlastně meditace na to nehezké, na to, co nás odpuzuje, by měla být spojena s meditací na to, co je hezké. A to, co je nehezké, můžeme *přeměnit* v to, co je hezké. Čili, to co je nehezké, to, co je hezké, je otázka naší pozornosti. Zkušený meditátor, jak je vysvětleno ve *Visuddhimagga*, je ten, který je schopen změnit ze situace nehezký objekt v hezký, hezký objekt v nehezký, podle jeho potřeby. To je vlastně zrání v meditaci. Místo upoutání se a znechucení se tím, co je nehezké a ulpívání na tom, co se nám líbí, my nacházíme právě svobodu v pozornosti. A pozornost je čím *veškeré* kognitivní procesy začínají. Neexistuje myšlení bez pozornosti.

[22] Mahávibháša: jedna ze dvou základních prací vaibhášiky (školy Velkého výkladu) – dosl. „stoupenců Mahávibháši“, jak se označuje pozdní fáze sarvástivády. Jsou to významné komentáře k části *Abhidharmy* sarvástivádové školy. Druhou je Vibhášá.

Jestliže máme hlubší zkušenost v meditaci, pak *můžeme pozorností* měnit objekty. Místo abychom, jak Šúrangama-sútra[23] na začátku vysvětluje, místo abychom byli v moci objektů, naše mysl nachází v sobě schopnost objekty dominovat. To je svoboda, která přichází z kultivace.

Čili traktát uvádí, že máme vlastně dva druhy kontemplace: toho, co je nehezké, jeden druh s tím, že tato kontemplace v nás nechává vyvstávat nechuť. A druhý je, že tato kontemplace v nás žádnou nechuť vyvstávat nenechá. Proč v nás nenechává vyvstávat nechuť? Protože tento objekt kontemplujeme ve stavu *samádhi*. A stav *samádhi* může přeměnit objekt. Ten objekt, který se mysli zdá hnusný, ve stavu *samádhi*, jelikož *samádhi* je automaticky, *samádhi* znamená vlastně stav odpojení v rovnoměrnosti vědomí. V tomto stavu pak nehezký objekt se může stát hezkým. To se – jak je vysvětleno v *Abhidharma*-kóša – ze začátku se věnujeme buď je kontemplace, které se říká saviňňánaka-*asubha*, tzn. kontemplace nehezkého v žijícím těle, svém i druhých, a kontemplace nehezkého v nežijícím těle[24]. Saviňňánaka-*asubha* – kontemplace nehezkého v žijícím těle je kontemplace v čínské tradici 36, v severním buddhismu 36 částí těla. 36 to je absolutně arbitrární, můžeme k tomu přidat nebo můžeme odebrat, to není žádná anatomie, ale pouze praktická metoda, jak se odpoutat od těla.

Tělo je opravdu krásné, jestliže ho vidíme jako celek. Ale jestliže tento celek rozebereme na části – vlasy jsou krásné, když jsou na hlavě, spojené s tělem, ale když vezmeme jeden vlas po druhém, nenajdeme žádnou krásu. Stejně tak chlupy, nehty, zuby, kosti, maso atd. atd. Odděleně se stávají nežádoucími objekty. Spojené v celku se stávají krásnými.

Jestliže, jak *Abhidharma*-kóša vysvětluje, meditujeme na různé části těla, pak meditujeme na kostry, což je v buddhismu jedna z nejběžnějších meditací. Pak oddělíme nebo oprostíme tělo o různé části těla, oprostíme masa a věnujeme se pouze malé části odpojené od masa. A pak, nakonec se meditující koncentruje na jeden bod. Jeden bod třeba mezi obočím. A tento bod se stává objektem hluboké koncentrace. Ta kostra, které se věnoval jako nežádoucímu objektu, nehezkému objektu, tímto způsobem se stává postupem času vlastně zářící, krásná struktura i v jednom bodě i jako celek.

Stejně tak i mrtvé tělo ve stavu hluboké koncentrace se může stát krásným objektem. Jestliže se koncentrujeme na jistou část, oddělíme maso od kostí. A tím vlastně meditující začíná chápat jasně, že jak chápe svět záleží na tom, jakou pozornost vůči objektům provozuje.

A to se právě učíme v této tradici, na meditaci na nehezkých objektech. Proto tady vysvětluje text, že máme dvě meditace na nehezké objekty, meditaci na nehezké objekty s hnusem a meditaci na nehezké objekty *bez* hnusu. Hnus se může obrátit z hnusného objektu, z ošklivého objektu se může obrátit na stav kontemplace čistoty.

---

[23] Šúrangama sútra: Mahájánová sútra, obzvláště vlivná v čchanovém buddhismu. Některými hlavními tématy této sútry jsou bezcennost dharmy, pokud není doprovázena *samádhi*, a význam morálních pravidel jako základu buddhistické praxe. Zdůrazněno je také téma toho, jak účinně bojovat s bludy, které mohou během meditace vzniknout. Více ve Slovník

[24] aviňňánaka-*asubha*

Autor se ptá: Proč je tomu tak? A vysvětluje, že existuje šest druhů chtíče mezi bytostmi. Chtíče vůči barvám, vůči formám, vůči tvarům nebo figurám, vůči gestům, které děláme tělem, vůči zvukům a vůči dotyku, vůči dotyku, který se nám líbí, tedy jemnému dotyku. Takže na každý druh z těchto chtíčů (jak vysvětluje text) pak použijeme ten objekt, který nás nejlépe zbaví tohoto chtíče vůči tomu danému objektu.

Takže ti, kteří mají chtíč vůči pěti druhům žádaných objektů, jsou vedeni k tomu, aby kontemplovali na nehezké objekty.

Ti, kteří mají chtíč vůči různým lidským formám, jsou vedeni k tomu, aby kontemplovali na kostrách. A kontemplace na kostry je buď kontemplace na ty kostry, které už jsou ve stavu rozkladu a nebo ještě se nerozložily.

Kontemplace na kostry, které se ještě nerozložily, můžou odstranit chtíč vůči různým tělesným figurám a vůči zvuku.

Kontemplace na tělo, které už je ve stavu rozkladu, může odstranit všech šest druhů chtíče.

Existují dvě metody kontemplace nehezkého. To už jsem vysvětlil. První je kontemplace těla v rozkladu, které meditující srovnává se svým vlastním tělem a považuje ho za stejné jako to tělo, které se rozkládá. Tato kontemplace vede k odporu. A potom, co získá takto znak odporu ve své mysli, meditující, stejně tak jako ve *Visuddhimagga*, se odebere na tiché místo, kde nerušen pod stromem nebo v neobydleném pokoji a věnuje se tomuto objektu, aniž by dovolil, aby jiné formy se objevily ve vědomí.

Kdykoli jeho mysl začne ubíhat od tohoto objektu nebo známky tohoto objektu, kterou, které uchytil v mysli, znova ji do tohoto objektu uvádí.

Druhá metoda je, že ne tento objekt sám pozoruje, ale že kontempluje na ty instrukce, které dostal od učitele. A pak kontempluje na své vlastní tělo jako na 36 druhů různých nehezkých forem, objektů. A tady jsou vyjmenovány. Též v théravádové tradici to samé, jenom zde jsou čtyři objekty přidány. Každý, kdo prošel ordinací jako sámanera[25] v théravádové tradici ví, že první učitel mu nechá odříkat 32 druhů, částí těla. A pak souhlasí s tím, že mu dá ordinaci. To je v théravádové tradici. Bohužel v severní tradici, mahájána vlastně je tak dominantní, že tyto základní cvičení nejsou často praktikovány. Ale jsou též.

Všechny části těla mají nečistoty v podobě krve, výkalů, moči, a jsou vlastně sídly nespočetných druhů červů, kteří v nich žijí. Proto tělo není nic jiného, než souhrn nečistot. A pro tyto nečistoty pohromadě používáme název tělo.

Takto nejprve kontempluje sám sebe a pak ostatní. Jestliže jeho vědomí nedojde do klidu, pak se povzbuzuje tímto způsobem. Jak se povzbuzuje?

[25] novic

Koukám, že čas jsme už minuli.

Na začátku příští lekce shrnu tuto kontemplaci na nehezké objekty a začneme s druhou částí, která pojednává o předpokladech k tomu, abychom získali dhjánu. Nechci příliš jít do detailů v meditaci na ošklivé, protože většina z nás… já jsem si sice sám kontemploval, několik let. Ale většina z nás v dnešní době ji nekontempluje. V Thajsku, V Burmě je to ovšem ale stále tradice. Velice živá. Dnes kontemplace mrtvých těl je většinou na základě fotografií. Ale na Šrí Lance, v Thajsku jsou nemocnice, které dávají přístup mnichům, aby tam kontemplovali na mrtvá těla po pitvě atd. No ale nebudeme se příliš věnovat meditaci na nečistoty, přejdeme co nejrychleji na vysvětlení kultivace *dhjány* a jak se tam dostat. Ale pro začátek, je přece jenom důležité, abychom pochopili ty čtyři předpoklady toho uspění v dhjáně: Mysl se obrátí dovnitř, k obrácení mysli dovnitř jsou většinou používány *dva* objekty – *Abhidharma*-kóša vlastně popisuje kultivaci, koncentrace pouze na dvou objektech. Jeden je právě kontemplace nečistot, druhý je kontemplace nádechu a výdechu. Nebo uvědomělá pozornost nádechu a výdechu. To jsou dvě základní meditace, které vlastně *uvádí* meditujícího do praxe koncentrace. A ty jsou vlastně společné všem raným tradicím buddhismu. Tak vlastně všichni začínají.

V pozdním buddhismu jsou většinou tyto meditace vysvětleny pouze teoreticky, ale meditující se jim sami málo věnují. Meditace na *dech* je ovšem daleko běžnější ve všech tradicích, jak v severní, tak i v jižní. A v tomto traktátu máme pouze meditaci na nehezké, jakožto úvod do meditace vůbec, protože chtíč je to, co nám brání k poznání hlubší koncentrace a k moudrosti. Proto začíná traktát tím, že musíme mít základní disciplínu a musíme se odpojit od svého chtíče, abychom uspěli v praxi hlubší koncentrace. A k tomu potřebujeme též, jak už jsem se zmínil, praktikovat málo přání, contentment – uspokojení s tím, co máme. A tím pádem vlastně nacházíme vnitřní sílu odstranit překážky k hluboké koncentraci.

Pro dnešek asi takhle.

Otázka: Bhikkhu Bódhi překládá výraz bhávaná jako kultivace (cultivation v angličtině). Doslovný a přesný překlad by však údajně měl být jako neustále dokola opakovaná činnost. Je tomu tak?

Lingvisticky má Bhikkhu Bódhi naprostou pravdu. Bhávana je od slova bhú, bhávati, což vlastně znamená to be come – stát se, stávání se. V Japonsku, když jsem se učil zen, tak vlastně též překládají meditaci jako narimasu – stát se něco. *Stát* se koncentrací, *stát* se moudrostí, *stát* se úsilím. To je meditace. Stát se, to nebude v češtině dobře znít, když přeložíme meditaci jako stávat se, tak asi kultivace je ten nejlepší překlad, který asi můžeme pro toto slovo vytvořit. Žádné lepší asi nenajdeme. Když někdo něco najde lepšího, rád se poučím.

Otázka: Bhante, říkal jste, že dva nejčastější způsoby rozvoje koncentrace je sledování dechu *asubha*-bhávaná. Považujete na základě své zkušenosti meditaci *mettá* stejně efektivní jako tyto dvě metody?

Nebezpečí meditace *mettá* je samozřejmě ulpívání. To je jasně vysvětleno ve *Visuddhimagga*, že když pěstujeme *mettá*, tak v tom momentě, že máme *mettá* se nebudeme zlobit a nebudeme mít vztek, nebudeme mít odpor. *Ale* ten, čemu říká *Visuddhimagga*, ten vzdálený nepřítel *mettá* je právě ulpívání. A to, že nechápeme pravdu utrpení je právě díky tomu, že ulpíváme. A nebezpečí v *mettá* je ulpívání. A na těch nehezkých objektech se ulpívat nedá, na dechu se ulpívat sice dá, ale dech jako takový je absolutně neutrální. Ten není ani hezký, ani nehezký, ale my na něm ulpíváme právě proto, Ánápána-sutta komentář tvrdí, že meditace na dech je vlastně kontemplace pravdy utrpení. Protože my na dech ulpíváme. Ale dech sám není ani hezký, ani nehezký. Ale láska je ten nejhezčí objekt, co máme. A na to nejhezčí právě nejvíc ulpíváme. Je to tak. Láska nebeská.

Ovšem *mettá* je žádoucí, samozřejmě je žádoucí, protože vede nejrychleji ke stavu uspokojení a naplnění. A to potřebujeme, bychom získali hlubokou koncentraci. Proto v buddhismu se učí *mettá* jako ten nejrychlejší způsob se dostat do nebíčka. V naší tradici God is love...All you need is love. 😊

Ale na mrtvolky ulpívat nebudeme, vlas po vlase také ulpívat nebudeme, na jednom zubu také nebudeme ulpívat, když si ho oddělíme od celku. Takže na odpojení se, což je, jak už jsem se zmínil, předpoklad k hlubší koncentraci, je to asi ten nejlepší objekt.

Ale v tradici vipassaná, všichni, kteří se učí *vipassanu* v théravádové tradici, vlastně též meditují na smrt, aby se povzbudili, meditují na *mettá*, když přijde vztek. Ve vipassaně určitě ty stavy odporu k sobě přicházejí často, na to je nejlepší *mettá*. Samozřejmě.

Ale celkově pro vstup do meditace musíme se odpojit. Na odpojení ideální meditace *mettá* není. Je to tak. Na zlost, na zlobu, na odpor je *mettá* nejlepší. Ale na odpoutání *mettá* nejlepší není. A abychom získali koncentraci, musíme se umět odpoutat od svých chtíčů. To má všechno logiku. Proč, protože když meditujeme, tak ty objekty našich přání se vrtí v hlavě jako vrtule. A na to *mettá* asi není ta nejlepší odpověď. Dech je na to daleko lepší, a kontemplace nehezkých objektů je na to daleko účinnější. Je to tak.

Otázka: Bhante, meditaci *asubha*-bhávaná jste praktikoval v Barmě několik let?

Několik let ne. Ale museli jsme se to učit, když jsem dělal kurs v Pa Auk[26], sice jsme nedělali meditaci na ty mrtvoly, ale dělali jsme dlouhou meditaci na těch 32 druhů. A to jsme spojili též s vipassanou. Protože potom studuješ části těla jakožto různé kalápy – formy tělesnosti. Ale obzvláště v Thajsku a Burmě, na Šrí Lance asi tolik ne, aspoň z mé zkušenosti, tak ty meditace na těla v různém stavu rozkladu patří k nejběžnějším meditacím. Plno mnichů nosí sebou stále

[26] klášter v Barmě

fotografie. A když člověk chce zůstat u mnišství, obzvláště mladí novici, no tak to je důležitá meditace.

Doplnění na závěr: Pět meditačních objektů, které čistí jednání, podle čínské tradice (na základě jógáčáry).

Pak v čínské tradici máme, třeba na základě jógáčáry, máme pět objektů, pět základních objektů. Což je jiné, než v théravádové tradici. Pět základních objektů, které jsou za účelem, čemu se říká čáritta-visuddhi, za účelem *očištění jednání*. Tato tradice ještě existuje. Jakých pět objektů?

Nejběžnější objekt je ten první, se kterým se začíná, zase to je stejná tradice, kontemplace nehezkého. S tím se začíná. A to je pro ty, kteří jsou rága-čárita, též podle *Visuddhimagga*, první učitel si zkoumá jednání žáka. Jestliže jeho jednání je, a většina z nás a v dnešní době je to tak, jestliže jeho jednání je dominováno přáními po hezkých objektech, které by chtěl získat pro sebe, tak ho učí právě tu *asubha*-bháva.

Jestliže jeho jednání je dominováno zlobou a odporem, no tak, pak ho učí *mettá*.

Jestliže jeho jednání, a to je jednání vlastně většiny z nás, je dominováno *bhávou vitarka*, to znamená, že má mnoho, mnoho zbytečných myšlenek. Měli bychom se sami zamyslit během dne, kolik myšlenek máme užitečných a kolik myšlenek máme zbytečných. Většina z nás prostě praktikuje během dne i v noci … zbytečné myšlení. Které nás nikam nevede, a které je absolutně k ničemu. A na to je právě meditace na dech.

A pak je pro ty, kteří mají pýchu a většinou ti, kteří mají trochu úspěchu v meditaci, malinko, začínají být pyšní a myslí si, že jsou něco jiného, než ostatní. Tak pak je meditace na šest elementů. My, bytosti se skládáme s šesti elementů a to je všechno, co jsme. Není na co být hrdý. To znamená, my jsme pouze země, voda, oheň, vítr, prostor a vědomí. Nic z toho nám nepatří. Nemáme na co být hrdí. Tak to je koncentrace pro ty, jejich jednání je hlavně motivováno hrdostí a vědomím svého ega, jakožto něčeho, co je něco lepšího nebo horšího.

A nakonec pro ty, což je zajímavé, ukazuje na to, na co jsem už poukázal dříve. V severní tradici my od samého počátku vlastně slučujeme meditaci rozvíjení koncentrace s rozvíjením moudrosti. A pro ty, kteří jsou zaslepení a žijí v zaslepení a nevidí, že vše, co vlastně my zažíváme jsou pouze různé okolnosti, které nastávají podle podmínek a příčin. Jestli si to neuvědomujeme, no tak meditace na souvislé vznikání.

To je pět objektů, které *čistí* jednání. To je vlastně základ meditace. Čili dva objekty v *Abhidharma* kóša, v Jógačárabhúmišástra[27] pět objektů, které *čistí* jednání. Ale základní naše jednání, jelikož jsme bytosti, tak máme mnoho přání, a jelikož máme mnoho přání, naše mysl pobíhá. A jelikož naše mysl pobíhá, protože toužíme po tom, co se nám líbí. No, a tak první

[27] Jógačárabhúmi(šástra): Pojednání o stupních jógáčáry.

meditace v tomto traktátu i vlastně též v *Abhidharmakóša*, severní tradice Mahávibháša šástra atd., *Abhidharma* amrita též, Samjutta *Abhidharma*, je vlastně meditace na to, co se nám nelíbí. Abychom viděli naše přání jako něco, co vlastně jsme si vytvořili. Na základě pozornosti vůči objektům, které chceme.

Tak skončíme tady a můžeme pokračovat příští neděli. Budeme snažit ten začátek projít celkem rychle a pak se budeme více věnovat jak získat stavy hluboké koncentrace. Obzvláště, co je zajímavé na tomto traktátu, že spojuje tu kontemplaci neforemných objektů s kontemplací prázdnoty, jakožto jediné reality. Což je obzvlášť specifika tohoto traktátu.

A hlavně ať všichni zmoudříme a zbavíme se zbytečného utrpení!

2. část

Rychle zopakuji, co jsme se naučili během první přednášky.

Každou neděli vysvětlujeme jeden text, který jsem přeložil z čínštiny, a který vyjde v Bombaji v Somaiya univerzitě. Ten text se jmenuje Krátké vysvětlení techniky nebo technik k získání *dhjána*. K získání hluboké koncentrace. Mluvili jsme o tom, že ten text snad můžete dostat, jestli umíte anglicky, tak je přeložen do angličtiny. Ta angličtina byla redigována, takže by to měla být dobrá angličtina. Já velký angličtinář nejsem. Ten text, jestli umíte anglicky, tak ho můžete sehnat možná, Láďa Král vám ho může poslat. Tak pak můžete sledovat se mnou a já jenom budu vysvětlovat ty hlavní body, důležité body toho textu. Nemusíme to číst větu po větě, to bychom neskončili možná ani v létě.

Vysvětlili jsme, že první tři kapitoly, jedná se o pojednání, *jak* se meditující měl připravit k tomu, aby prodělal ten výcvik v hluboké koncentraci s různými tématy v hluboké koncentraci. To znamená, ve čtyř dhjánách neboli pohloubením mysli v jemné objekty, kterým se říká rúpa džhána (*dhjána*), čtyři prohloubení vědomí v bezforemné objekty, kterým se říká arúpa džhána (*dhjána*).

A pak též pojednává o čtyřech brahmavihárách[28], které vlastně jsou speciálními objekty koncentrace, obzvláště důležité pro vyčištění našeho jednání.

A text začíná též pojednáním o tom, jak vyčistit naše jednání. Abychom byli připravení na výcvik v hluboké koncentraci.

V některých písmech na vyčištění našeho jednání autor mluví o pěti objektech, v některých o třech objektech, v některých o dvou objektech, jako *Abhidharmakóša*, s kterou jsou všichni studenti tradice severního buddhismu familiární. A v našem textu je pouze jeden objekt, a to je pozornost vůči nehezkému. Vůči tomu, co v nás nechává vyvolat hnus nebo odpor. A kontemplace toho, co je nehezké, co v nás nechává vyvolávat odpor, tomu se říká *asubha*-bhávaná. Subha nebo šubha znamená to, co je hezké, krásné. Ašubha to je tedy opak krásného čili ošklivé.

[28] brahmavihára: „setrvání v absolutnu“, meditační stav, při němž adept v sobě probouzí duchovní vztahové postoje, které zaměřuje do čtyř světových stran. Tyto vztahové postoje jsou nezměrná přátelská něha (maitrí, *mettá*, mettí) vůči všem bytostem, nezměrný slitovný soucit (karuna) vůči všem trpícím, nezměrná upřímná radost (muditá) ze zániku strastí ostatních bytostí a nezměrný rovnodušný nezájem (upékša, upekkhá) vůči přátelům i nepřátelům. Rozvinutím těchto duchovních postojů zkrotí svou případnou zlovolnost, nespokojenost a chtivost. V mahájáně jsou brahmavihárу součástí dokonalosti poznání (pradžňápáramita) jsou to nezbytné duchovní předpoklady bódhisattvy, aby mohl vést ostatní bytosti ke spáse. Brahmavihárу jsou známy též pojmenováním „nezměrné“ (apramána, appamána). (V. Miltner: Malá encyklopedie buddhismu) *„Tu, mniši, prostupuje mnich myslí naplněnou dobrotivostí nejprve jeden směr, pak druhý, pak třetí, pak čtvrtý, právě tak nahoru, jako dolů a všechno kolem. Všude se ztotožňuje se vším a prostupuje celý svět myslí plnou dobrotivosti, myslí širou, rozvinutou, neohraničenou, prostou nenávisti a zlovůle.“* Poté následuje tentýž postup se soucitem, sdílenou radostí a vyrovnaností.

A proč tedy text začíná tím elementárním důvodem k praxi etického jednání, tedy ta je obzvláště krátká, etické jednání je založeno na základní etice, která je shrnuta jako pět předsevzetí, pět síl[29], které všichni buddhisti znají. Vlastně se stáváme buddhisty tím, že těchto pět přikázání na sebe bereme. A pak první kapitola se zabývá právě kultivací pozornosti na objekt ošklivý. Nehezký. Proč? Protože podle buddhistického učení vlastně veškeré naše nesprávné jednání, veškerá naše zašpinění vědomí jsou, mají kořen v chtíči. Jelikož máme chtíč, následují veškeré nezdravé stavy vědomí. To je třeba si uvědomit, a to je důležité poznání. Jestliže chtíč neomezíme, tam se vlastně do těch hlubokých stavů koncentrace těžko můžeme dostat. Jelikož chtíč vyvíjíme tím, že ulpíváme pozorností na těch objektech, kterých se chceme zmocnit, které se nám líbí, které chceme mít pro sebe. Právě proto text uvádí i kontemplaci na objekty, které se nám nelíbí.

Objekty, které se nám nelíbí, nejběžnější objekt, který se nám nelíbí, jsou mrtvá těla v různém stadiu rozkladu. Text uvádí, že existuje šest druhů chtíčů a pro každý chtíč se hodí jiný objekt, nehezký objekt, abychom chtíč na tento objekt utlumili.

A pak, samozřejmě, text rozděluje stejně jako v *théravádě* pozorování nebo kontemplace toho, co se nám hnusí na kontemplaci mrtvých těl v různém stadiu rozkladu až po kostry. A pak živých těl. My, náš chtíč, ten *nejdůraznější* chtíč je právě žádost po živém těle. Jelikož pozorujeme ty tvary, které se nám líbí, na živém těle, chceme se tohoto těla zmocnit. A tím, že ulpíváme na druhém těle, vlastně znamená to též, psychologicky, že ulpíváme na svém těle. A jestliže ulpíváme na svém těle, pak ty hluboké stavy koncentrace, jejich získání, bude pro nás těžké. Tělo je opravdu krásné, o tom není pochyb, když ho vidíme jako celek. Vlasy jsou krásné, když je vidíme na hlavě osoby, která se nám líbí, ale když si bereme jeden vlas po druhém, nenajdeme žádnou krásu. Stejně tak zuby, nehty, svaly. Veškeré části těla, když si je rozdělíme na jednotlivé části. tak v nich nenajdeme absolutně žádnou krásu. Ani vevnitř, ani venku. V kůži atd.

Důležitý aspekt této meditace na objekty, které se nám nelíbí, které se nám hnusí je právě ta část, která je zvláště zdůrazňována v severním buddhismu, to je velká výhoda této tradice, že meditující je též nabádán, aby se učil koncentraci na to, se mu hnusí, aby se ji učil tím, že to, co se mu hnusí *přeměňuje* pozorností v to, co se mu líbí. A to dělá právě tím, že praktikuje na těle hlubokou koncentraci. V našem textu to není vysvětleno, ale je to v jiných textech, Mahávibhášá, *Abhidharmakóša* atd., děje se to tím, že meditující vlastně mentálně oprostí tělo, kůže a masa, šlach atd., a koncentruje se první na tělo jakožto celek, tedy na kostru, to je běžná meditace i v *théravádě*. Jestliže jeho koncentrace se lepší, pak vidí všude všechny bytosti jako kostry a jelikož koncentrace se lepší, tak ty kosti se můžou stát bílou kasinou. Dochází k hlubší koncentraci, tato koncentrace může vést až do čtvrté *dhjány*. Stejně tak koncentrace

[29] paňča-síla: pět etických pravidel resp. předsevzetí. Pět etických pravidel (paňča-síla), k nimž se vztahují všichni buddhističtí laici, tvoří: 1. zdržování se zabíjení živých bytostí, 2. zdržování se kradení, 3. zdržování se nesprávného sexuální jednání, 4. zdržování se nepravdivého a zraňujícího mluvení a 5. zdržování se omamných látek.

na moč může být žlutá kasina, krev může být červená kasina, koncentrace na vlasy (ne moje, ale mladých lidí), může být černá kasina nebo modrá kasina.

A tím pádem si uvědomuje, že nehezké se může stát hezkým. Záleží na pozornosti s jakou to nehezké pozoruje. V severní tradici se nejprve meditující zbavuje kůže, svalů, masa v celém těle. Pak v malých částech těla, jako půlka lebky atd. A nakonec na jednom bodě, nejlépe mezi obočím a tam pak získává hluboký vjem, koncentrační vjem, krásného objektu. Zářícího objektu. Čili stejný objekt může být objekt hnusu, stejný objekt může být, se stát objektem krásy. Závisí na tom, jakou pozornost k tomuto objektu meditující uvádí.

Meditace na dech je skoro ve všech buddhistických tradicích základní meditace. Protože dech též může být, nádech a výdech, může být objekt naprosto nežádoucí, když jsme nemocní nebo když běžíme příliš rychle, lapáme po dechu. Stejný dech se stává hladkým, jemným a příjemným jestliže jsme uvolněni a jestliže se dostáváme do hlubších stavů koncentrace. Pak stejný objekt se stává objektem slasti.

Čili stejný objekt my vnímáme podle naší pozornosti. To je důležité poznání. Meditace, hluboká koncentrace a meditace vipassaná též jsou meditace zjemňování objektu. Tím, že mentálně objekt zjemníme můžeme u stejného objektu zůstat a můžeme ho proniknout. To vede k teorii jógáčáry, že nejlepší přístup, abychom zůstali ve stavu koncentrace je vnímat všechny objekty jako mentální objekty. Protože mentální dotyk je daleko jemnější a přináší daleko hlubší uspokojení a daleko delší trvání, než objekty pěti smyslů. Které přinášejí sice naplnění, ale jen na krátkou domu a naplnění hrubého, vlastně je to hrubé naplnění, ne jemné naplnění. U hrubého vždy mysl nemůže dlouho zůstat. Mysl může zůstat dlouho jen u jemného. Pochopení tohoto je vlastně ten nejdůležitější aspekt pochopení praxe hluboké koncentrace.

Mentální objekty, mentální dotyk, jelikož všechny objekty můžeme poznat jen dotykem, je daleko déle trvající a daleko více uspokojující než dotek pěti smyslů, který je hrubý. Proto pocit uspokojení s ním dlouho trvat nemůže. Jedině, když si ho mentálně zpracujeme, pak bude dlouho trvat.

Tak to jsou asi ty nejdůležitější věci, které jsme minulou neděli probrali. Stojí za to si je zopakovat i pro ty, kteří byli přítomní. A teď zbytek té první kapitoly probereme. Která, jak už jsem se zmínil, je věnována kontemplaci meditace na to, co je nehezké.

Právě proto je důležité třeba se zmínit, že v písmu je napsáno, je když Buddha, myslím v (sub)komentáři k Dhammapána sutta, je napsáno, že když Buddha učil meditaci na hnusné objekty, na nehezké objekty, které se bytostem hnusí, pět set mnichů (pět set to neznamená doslova, ti, co znají buddhistické texty ví, že pět set znamená mnoho, to neznamená, že přesně pět set. Pět set vždy znamená mnoho) – čili mnoho mnichů spáchalo potom sebevraždu. A na to Buddha pak uvedl meditaci na nádech a výdech a chválil ji jakožto nejlepší způsob pro všechny. Ať už pokročilé, i arahaty, i Buddha sám říká Ánandovi jestliže se laici ptají, když jde do izolace, co praktikuje za meditaci, aby jim řekl, že pozoruje dech.

Meditace na dech je vhodná pro všechny, jak pro začátečníky, tak i pro pokročilé, jak pro arahaty, tak i pro ty, kteří vstup do proudu nirvány ještě nezískali atd., pro všechny je meditace na dech podle Ánápánasati sútra[30] vlastně nejvhodnější. Protože uvádí nejen do hluboké koncentrace, ale do hluboké moudrosti. Dech je to nejnestálejší vlastně v naší zkušenosti.

Dále text říká (na 3. straně), to je důležité, tam jsme myslím skončili posledně, že ti, kteří meditují na nehezké objekty, je třeba aby někdy nechali své vědomí se radovat. Autor uvádí ten nejběžnější objekt, jak nechat pro buddhistu vědomí, aby se radovalo, to je meditace na Buddhu.

V théravádové tradici vlastně každý, kdo praktikuje *vipassanu*, aspoň v té tradici, ve které já jsem měl možnost být cvičen, každý, kdo chce jít do *vipassany*, medituje na čtyři objekty, kterým se říká *áraka bhávaná*, tzn, kultivace toho, co nás chrání. Protekce, meditace, která chrání. Protože během *vipassany*, jestliže chceme získat hlubší znalosti v meditaci, jistě budeme konfrontovat překážky. Ty překážky se stávají jemnější, čím blíže se přibližujeme k cíli. Bez překážek nikdy, nikdo, nic v meditaci nedosáhl. A ty objekty, které ho chrání před těmito překážkami je právě, za prvé: *asubha* bhávaná, což je meditace na to, co je nehezké, aby se chránil před přílišným chtíčem. Pak meditace *mettá*, aby se chránil před zlobou. Pak meditace na Buddhu, kterou tady autor uvádí, aby se mysl radovala z toho, že vlastně si meditací přisvojuje ty ctnosti, které Buddha ovládl v plnosti. A pak meditace na smrt, aby se povzbudil k dalšímu úsilí. Neb smrt nás doprovází v každém okamžiku.

Tyto čtyři meditace jsou vlastně ochranou meditujícího před překážkami. A zde autor uvádí vlastně dvě meditace, meditace na to nehezké a meditace na Buddhu. Aby se mysl radovala. Protože meditací, obzvláště meditací na 32 (nebo v čínské tradici 36) částí těla vede k hnusu vůči těm. A jestliže příliš ulpíváme na těle může to vést lehce k depresi, strachu. A nejdůležitější je v meditaci umět mysl balancovat, rozdíl mezi pokročilým meditátorem a začátečníkem je, že začátečník není schopen mysl balancovat. Pokročilý meditátor chrání svou mysl tím, že ji chrání všech extrémů.

To je též popsáno ve *Visuddhimagga*. Abychom se naučili meditovat, *Visuddhimagga* říká: měli bychom provádět meditaci na deset objektů pozornosti. Za prvé, abychom uspěli v meditaci, měli by základy, tedy naše tělo a prostředí, ve kterém žijeme, měli bychom udržovat čistotu, to je stejné jako nijama v józe, šauča – čistota. Nikdo se necítí dobře v hnusném prostředí, ve špinavém prostředí. Já si sám pamatuji, když jsem byl kdysi na Šrí Lance a měl jsem se starat o jednu poustevnu, přišel jeden Kanaďan, nadšený k meditaci, tak jsem mu dal k dispozici pokojíček. A ten tam seděl, seděl celé dny, týdny, nikdy nezametl. Samozřejmě neuspěl v meditaci, dostal různé deprese, protože zapomněl na to, že tělo potřebuje základní čistotu a potřebuje se cítit dobře, aby se dostal do stavu hluboké koncentrace.

[30] Nejspíše Anapanasati sutta (Anapanasmrti sútra), Madždžhima nikája 118.

Jestli jednou mnich je, pak může tělo ignorovat, ale pokud mnich není, nemůže si to dovolit. A tak tento Kanaďan za deset nebo čtrnáct dní, už si nepamatuji, samozřejmě meditaci opustil, přesto, že se snažil celý den sedět. Ale sedět na kupě prachu. To nejde.

Další, co *Visuddhimagga* vysvětluje je, že musí být balance smyslů. Pozitivních smyslů. To znamená naše víra, uvědomění, jestliže máme příliš uvědomění, nemáme koncentraci, pak jenom budeme rozptýleni. Stejně tak, jestliže máme příliš úsilí a nemáme koncentraci též, a jestliže máme moudrost a není balancována koncentrací, není balancována uvědomělou pozorností, tak moudrost může též vést k depresi. A jestliže máme dobrou koncentraci a nemáme moudrost, no tak ta koncentrace vede k letargii.

A kdo drží tuto balanci? Právě sati – uvědomělá pozornost. Bez uvědomělé pozornosti nikdy ty pozitivní síly v nás nebudou v rovnováze a tím pádem v meditaci neuspějeme. Právě proto jako protiklad pozornosti na to, co se nám hnusí uvádí autor meditaci na Buddhu. Který je vlastně to nejkrásnější, to nejperfektnější pro ty, kdo věří v Buddhovo učení.

A jak se povzbuzuje? Povzbuzuje se tím, že praktikuje jakožto ten, který se chce stát arahatem, *arahat* je ten, který si přisvojuje učení Buddhy, kterému naslouchá. Proto se jmenuje šrávaka. Ten, který dosahuje probuzení nasloucháním. A ten, který provozuje učení nasloucháním, který sleduje instrukce Buddhy doslova, ten samozřejmě má ideál arahata a uvažuje o tom, že teď právě tím, že medituje se stává členem rodiny arahatů. A tím se povzbuzuje. Není sám. Patří do rodiny. A tím se zbavuje svých strachů, své nejistoty a může, kromě toho, že obrací pozornost z nehezkého na hezké, tak si vybírá jiné hezké, než ta přetvořená těla, ale vybírá si to nejhezčí přetvořené tělo, což je Buddha sám.

Takže důležité je vždy, jestliže chceme uspět v meditaci, to přijde i v druhé kapitola, *musíme* se naučit balancovat vědomí. My meditujeme na to, co se nám hnusí ne proto, že je to hnusné, ale proto, že máme chtíč. My meditujeme na to, co je krásné, co chceme, ne na to, že je to skutečně stálé krásné, ale právě proto, že máme v sobě odpor. Máme v sobě zlobu atd. Každá meditace má vliv na naše jednání a skutečné vyčištění jednání bude jedině tehdy, když vědomí, mysl bude mít rovnováhu, balanc. To je třeba si uvědomit.

V textu je též, že tím, že medituje a má jistý progres v meditaci, tím vlastně tím, že meditoval na hnusné objekty, jako na objekty krásné, tím, že meditoval na Buddhu, tím **získává** sebedůvěru. Získává sebedůvěru, že ne hned tak každý objekt může se zmocnit jeho mysli, ale že on se může postupem času stát mistrem své pozornosti. A to dává neskutečnou důvěru.

Takže je podle písma vznešený *Šáriputra*, generál dharmy, nejmoudřejší z žáků viděl hnus i v tělech nebeských víl. My, kdybychom potkali nebeské víly, určitě by nás to ovlivnilo k chtíčům, ale pro Šáriputru, jeho mysl byla tak vyvinutá, že viděl hnus v těle nebeských víl.

A to tady chce autor zdůrazňovat tím, že balancujeme mysl a meditujeme na hnusné jako hezké, a že meditujeme na Buddhu, jakožto nejhezčí. Vlastně **získáváme** důvěru, že pozorností **můžeme** ovlivnit stav našeho vědomí podle toho, jak abychom uchovali vědomí ve stavu rovnováhy. A uchování vědomí ve stavu rovnováhy, to je ta nejdůležitější příprava k meditaci.

A jelikož nerovnováha pochází z chtíče, vlastně hlavní objekt k tomu, aby mysl byla uvedena do rovnováhy je vlastně **oslabování** chtíče. Podle buddhistického učení (*Sabé dhammá čhanda murika*): Veškeré fenomény naší zkušenosti mají svůj kořen v chtíči. V chtění. V přání. *Čhanda* má všechny tyto významy.

A teď úkol meditujícího je, aby přání, chtíč po smyslových požitcích odstranil přáním pro dharmu. To je káma čhanda, dhamma čhanda. Nebo dharma čhanda. Dhamma čhanda je, jelikož všechny fenomény mají co dělat s naším přáním, díky přání pak naše pozornost *uvízne* na objektech. Jestliže žádné přání nemáme, naše pozornost na objektech neuvízne. Tím, že máme přání, pozornost na objektech ulpívá. Jestliže přání nemáme, pozornost na objektech neulpívá. To je třeba si uvědomit.

A abychom si to uvědomili, právě text začíná meditací na to, co je nehezké, protože meditací na to, co je nehezké asi je to nejlepší, ta nejlepší meditace, abychom si uvědomili, jak vlastně dobré věci i špatné věci závisí na našem přání. Na naši intenci. Na tom, co chceme. Podle toho pak přání ovládá pozornost, pozornost ovládá mysl. Bez pozornosti žádná mysl, žádnou kontinuitu nemůže mít. Mysl má kontinuitu díky přání. Díky intenci. To je třeba si uvědomit.

A první kapitola končí krásnými verši, které jsou brány z *Théragatta*, z verši thérům, v kánonu jak mahájánovém, tak i théravádovém máme verše žáků a verše žákyň. Krásná poezie. A ty verše, které následují, a které vlastně uzavírají tuto první kapitolu kultivace pozornosti na nehezké, ty si můžete přečíst, já je teď nebudu překládat. Ale je historie, že po jeho probuzení, Maudgaljájana, stejně jako *Šáriputra* díky jejich minulým ctnostem měli překrásné tělo. A jakési prostitutka se zakoukala do těla Maudgaljájana a dostala chtíč, aby se toto tělo, mohla si užívat. A tak se nalíčila a šla za Maudgaljájanou, chtělo ho ovlivnit, aby se do ní zadíval. Maudgaljájana je *arahat*, a vidí její tělo jakožto chodící záchod, ze kterého všude z devíti děr se vylévají veškeré nečistoty.

A to je vlastně konce první kapitoly, konec kapitoly, která se zabývá kultivací pozornosti na nehezké. A druhá kapitola, to je vlastně kontinuita kapitoly první.

Kumáradžíva

Praktikující by měl rozjímat s odhodláním a rozhodností. Meditující by měl nechat svou mysl, aby se zabývala vybranými meditačními objekty, a nevěnovat pozornost žádným jiným přáním[31]. Má-li praktikující bystré schopnosti, schopné nepřetržitě usilovat s jednobodovou myslí, dosáhne setrvání v samádhi během jednoho týdne. Má-li meditující průměrné schopnosti, měl by ho dosáhnout do tří týdnů. Pokud jde o meditujícího s tupými schopnostmi, bude k jeho získání potřebovat dlouhou, dlouhou dobu, podobně jako když někdo stlouká smetanu, aby získal máslo. Nakonec by ho měl být schopen získat. Pokud se však vytrvale nedrží správné metody praxe, i když může dlouho používat nejrůznější dovedné prostředky, nezíská nic. Je to podobné, jako když člověk tluče vodu, nikdy nezíská máslo.

Otázka: Jaké jsou důvody nedosažení?

Odpověď: Jaké jsou příčiny nedosažení? Jestliže někdo přestoupí přikázání a není schopen činit pokání, jestliže má nesprávné názory a neopustí je a jestliže odřízl zdravé kořeny nebo má tři závoje překážek[32], to znamená, jestliže má mnoho silných poskvrnění vedoucích do tří nižších sfér nebo se dopustil pěti skutků[33] s okamžitým výsledkem a zlých skutků tohoto druhu, nebude schopen dosáhnout úspěchu v praxi. Avšak podle učení mahájány pro bódhisattvu s bystrými schopnostmi, který je vybaven skutečnou moudrostí a zásluhami jako příčinami a podmínkami, bude případ jiný. Takový praktikující, i když se neřídí metodou, bude recitovat písma a praktikovat zásluhy, jako je stavění stúp, přinášení obětí, učení Dharmy a vedení bytostí při praktikování stezky deseti ctnostných činů.

Otázka: Jak se pozná, že člověk získal zacílenou (one pointed, jednobodovou, soustředěnou) mysl?

Odpověď: Pokud mysl člověka spočívá na mentálním obrazu [meditačním objektu][34], jeho tělo se stává měkkým a lehkým, spojeným s příjemnými pocity. Všechny nepříjemnosti, jako je hněv, nenávist, úzkost a obavy, ustanou. Jeho mysl získá štěstí, které dosud nezažil, a překoná potěšení spojené s pěti druhy smyslových tužeb. Protože se jeho mysl stane čistou, zbavenou zmatků, bude jeho tělo vyzařovat světlo stejně jako jasné zrcadlo na slunci nebo jako jasná perla zářící v průzračné vodě. Když se objeví tato znamení, mysl praktikujícího se naplní klidem

---

[31] Čanda, 欲 (čanda= moc, přání, touha;)
[32] To je karma, karma vipáka a kléša, závoj karmy, výsledná karma a nečistoty.
[33] Pět ánantarjakarmáni nebo ánantaríkakarma
[34] Nimitta, 相 . Porovnej s Visuddhimagga kap. 4. Appearance of Absorption in the Cognitive Series, tr. Ñānamoḷi, 142.

a radostí. Lze to přirovnat k žíznivému člověku, který kope v zemi a hledá vodu. Když uvidí bahno, ví, že se brzy dostane k vodě. V případě praktikujícího je jeho první použití meditační metody jako kopání suché země. Pokud vytrvá delší dobu, uvidí známky vlhkosti. Sám pozná, že dosažení[35] dhjána soustředění nebude trvat dlouho. Když meditující s jednobodovou myslí, vírou a pílí usebere svou mysl, aby vstoupil do hlubokého soustředění, odmítne a omezí pět druhů smyslových tužeb. Vyhledávání smyslových tužeb bude považovat za krajně odporné, jako když člověk pozoruje psa, který okusuje odporně páchnoucí výkaly, když nedostane k jídlu nějakou dobrou potravu. Stejně tak bude [smyslové] touhy obviňovat jako chybné a jeho mysl vzbudí soucit [s těmi, kdo je hledají]. Ti, kdo se těší z pěti druhů smyslových tužeb, neumějí hledat štěstí [které pochází z mysli], a tak se oddávají hledání nečistých neřestných požitků mimo sebe.

Praktikující by se měl neustále dnem i nocí snažit shromažďovat všechny zdravé dharmy, které pomáhají dosáhnout hlubokého soustředění, a nechat svou mysl opustit všechny překážky soustředění. Ten, kdo shromažďuje všechny zdravé dharmy, uvažuje o říši žádostí jako o nestálosti, utrpení, prázdnotě a ne-já[36]. Lze ji přirovnat k nemoci, vředům, nádorům nebo šípům, které vnikly do srdce. Když tyto tři jedy vzplanou, jsou doprovázeny kouřem bojů, hádek, žárlivosti atd. a všechny jsou krajně odporné. Pokud člověk nahlíží věci tímto způsobem, nazývá se to počáteční stadium praxe. Je-li tomu tak, měl by je během praxe, když mu pět[37] překážek brání v mysli, odstranit podobně, jako když vítr rozhání temné mraky zakrývající slunce.

[35] Dhjána 禪定
[36] Sammohavinodaní, Džhánavibhango, Pali Text Society 1980, 323-380.
[37] Nivarana

Bhante Dhammadípa

Druhou kapitolu jsem nadepsal, nadpis v textu není, Příprava k dhjáně. Jak je příprava k dhjáně? O tom jsem se zmínil. Meditující musí kultivovat dhamma čhanda. Musí kultivovat přání, chtíč po dhammě. Ten ho musí inspirovat, ten musí inspirovat jeho jednání, jedině tak může dělat v dharmě pokroky.

A jestliže se připravujeme na dhjánu, tak jak se projevuje tato dhamma čhanda? Projevuje se tím, že když meditující medituje, nevěnuje se žádnému jinému objektu, než objektu jednobodové koncentrace. Tím, že je schopen zůstat u tohoto objektu, vlastně vyvíjí svoji dhamma čhanda. Jestliže tu dhamma čhanda nemá, pak u toho objektu nezůstane. Jestliže ale má přání si osvojit dharmu, zůstat u dharmu, a dharma se neotvírá bez schopností koncentrace, to je jasně vysvětleno ve všech textech.

> Jenom mysl samádhi může vidět věci tak, jak jsou.

Čili pokud si neosvojíme utišení vědomí, *samádhi*, pak vlastně vidíme jenom to, co chceme a co nechceme. A co se nám líbí a co se nám nelíbí.

Čili kultivace přání po dharmě je tím, že se učíme zůstat s pozorností u jednoho objektu, a neměnit objekt. To je základ vlastně pro přípravu pro dhjánu.

Teď autor říká, že ten, což je zajímavé, je možné, že to bylo v jeho době, v pátém století, jestliže meditující má silnou vůli, může si osvojit dhjánu během jednoho týdne. Jestliže má vyvinuté, čili ostré smysly. V naší době, samozřejmě v moderní době, kdy naše mysl je trénovaná ve všem kromě v jednobodové pozornosti, ještě takovou osobu ostrých smyslů, který si osvojí dhjánu v jednom týdnu, potkat není lehké. Ale existují takové bytosti. Existují, ale ne v našem kulturním kruhu.

Dále. Meditující, který má běžné schopnosti, by si měl osvojit dhjánu za tři týdny. Jelikož v dnešní době naše schopnosti nejsou ostré, ani průměrné, my, co se týče procesu osvobození, máme tupé smysly. A ti, kteří mají tupé smysly, jako já, vy jste asi na tom lépe, ti dosáhnou *dhjány* po dlouhém čase. Autor to přirovnává k vyrábění másla z mléka. Ale jestliže meditující setrvá v tomto tréninku, jistě *dhjány* po nějaké době, dlouhé době, dosáhne.

Ale podmínkou toho je, že má správnou metodu. Jestliže správnou metodu nemá, tak je to jako kdyby chtěl vyrábět máslo z vody.

A teď další část jsou otázky a odpovědi. První otázka je, proč meditující nedosáhne *dhjány*? Dává tři příklady těch, kteří nedosáhnou dhjánu. Za prvé máme pomýlené názory a nejsme s to je opustit. A též proto, že jsme vlastně odřezali veškeré zdravé kořeny, ctnostné kořeny, které hlubokou koncentraci zapříčinily.

Dále, že meditující má tlustý závěs před očima tří překážek. Těm se říká tří závěsů. To je karma, *karma vipáka*, to znamená následky karmy, jako, že jsme kriplové atd. nebo jsme mongoloidní atd. Máme hluboké vady na těle a na duchu nebo že máme hluboký závoj zašpinění vědomí, které v nás nenechá vyvstat dhamma čhanda. Přání po osvobození, po dharmě. Skutečný význam dharmy je osvobození a metody osvobození.

A ty nejhorší případy jsou samozřejmě dané tím, že meditující se dopustil pěti činů s okamžitým následkem, v následujícím životě, který ve do nízkých stavů existence, jako zabití matky, zabití otce, zabití arahata, prolití krve buddhy nebo rozštěpení sanghy.

Podle textu veškeré tyto překážky se stávají malé pro ty, kteří s přesvědčením praktikují cestu bódhisattvy. Podle théravádového učení ten, který se dopustil hlubokých přestupků, nemůže získat probuzení a nemůže být mnichem. V mahájánovém učení, obzvláště v Číně i ty nejhrubší přestupky může meditující odstranit tím, že se obrátí na tu nejvyšší pravdu. Nejvyšší pravda může odstranit veškeré přestupky. To je učení mahájány, které je založené, jak bychom měli vědět, na soucitu. Nezměrném soucitu. Nezměrný soucit právě patří té absolutní realitě. Nepatří do reality konvenční.

Autor dokonce říká, že takový praktikant, který upřímně věří v cestu bódhisattvů, který praktikuje ne pro sebe, ale pro spasení všech bytostí, i když nesleduje správnou metodu a recituje písmo a praktikuje ctnosti, může odstranit veškerá znečištění vědomí, ať už jsou sebehlubší.

V mahájánové tradici, o tom se budeme bavit možná někdy jindy, získání *dhjány*, v théravádové tradici sammá *samádhi*, což je poslední díl osmičlenné cesty, je vysvětlováno jako čtyři *dhjány*, čtyři prohloubení vědomí v jemné objekty a v objekty bezforemné. V učení bódhisattvů získání *dhjány* není tolik zdůrazňováno, proto nemusí nutně praktikant *bódhisattvovské* cesty dhjánu praktikovat. Ale co je zdůrazňováno je pevné vědomí. Nepohnutelné vědomí. A jestliže je pevné, nepohnutelné vědomí, může ho meditující použít k získání všech ctností včetně všech *dhján*, nadpřirozených schopností i moudrosti.

Čili hlavní výcvik v cestě bódhisattvů je získání ne tolik získání *dhjány*, což je, dá se říci main product tréninku, ale získání nepohnutelného vědomí. A to vlastně odpovídá původnímu významu *samádhi*. *Samádhi* vlastně znamená, jak jsem se snad zmiňoval i předtím, znamená správné položení mysli na objekt. A jelikož v mahájánovém učení je jenom jediný objekt, který je ta nejvyšší realita, to je prázdnota. To je prázdnota ve smyslu takovosti[38].

Zajímavost tohoto spisu je, že autor vysvětluje cestu arahata, ale v jeho době to nebylo běžné, do této cesty arahata vkládá koncepty *bódhisattvovské* cesty. Je to v souladu se sútrami

---

[38] tathatá: „takovost"; ústřední pojem mahájány, označující absolutno, pravou povahu všech věcí. Obecně se tathatá interpretuje jako neměnná, nehybná, ležící mimo všechny pojmy a veškeré rozlišování. „Takovost" tvoří protiklad „zdánlivosti" jevů, je beztvará, nestvořená a prostá vlastní podstaty (svabháva). Tathatá jako takovost a nedvojnost věcí ukazuje probuzení (bódhi) jakožto nejvyšší osvícení cestou ztotožnění subjektu a objektu. - Tathatá významem odpovídá pojmům tathágatagarbha, buddhovská přirozenost, dharmakája, dharmatá. (Lexikon východní moudrosti)

transcendentální moudrosti, které tento autor přeložil, i komentář Nágárdžuny k těmto sútrám. Kdy Buddha vlastně učí mahájánu, transcendentální moudrost, což je základ mahájánového učení, učení velkého vozu. Právě komu? Právě arahatům, jako je Subhúti, jako je *Šáriputra*, jako je Ánanda.

Další otázka, to je myslím poslední a ta je důležitá, s tou můžeme začít a skončíme ji příští týden. „Jak poznáme, že někdo získal jednobodovosti mysli?"

Autor na to odpovídá. Jestliže mysl meditujícího je schopna *zůstat* u stejného (to doplňuji já, to tam není), u stejného mentálního objektu, tento mentální objekt se nazývá *mimikta*. V učení mahájány, to je důležité poznat, vlastně veškeré naše objekty, veškeré naše myšlení, *nemůže* existovat bez vnímání, aňňá. A vnímání, je vnímání čeho? Vnímání právě těchto obrazů. A v učení mahájány, obzvláště jógáčáry, vlastně veškeré naše vnímání je vnímání obrazu. Na základě obrazu přichází počitky, na základě počitků pak mysl rozlišuje. To je důležité si uvědomit, tento proces.

To je též vysvětleno ve *Visuddhimagga*. Myšlení začíná vnímáním, rozvíjí se rozlišováním. A rozlišování pak může vyústit v moudrost. Anebo v pouta. A vnímání je právě vnímání čeho? Vnímání mentálních obrazů. Jestliže tento obraz zůstává v mysli, pak meditující poznává, že se jedná o mentální obraz. Jestliže v mysli nezůstává, většinou to nepozná. Ale to, co je objektem koncentrovaného vnímání je mentální obraz. Bez mentálního obrazu tedy nemůže existovat ani samathá ani vipašjaná.

A abychom se dostali do hlubší meditace, musíme tento mentální obraz stabilizovat. Na základě toho právě v severní tradici se zdůrazňuje, že trénink v koncentraci se má spojit s tréninkem v moudrosti. Nemají se rozlišovat. V théravádové tradici se jedná o rozličný trénink. Koncentrace je koncentrace, moudrost je moudrost.

Pokud objektem vnímání, objektem rozlišení, objektem poznání není objekt osvobození. Tedy v théravádové tradici nirvána, jakožto opak samsárického, přechodného bytí. V tradici bódhisattvů, v tradici mahájánové je to pak takovost, „suchness[39]", tathatá – prázdnota. Jakožto vlastně jediný objekt našeho vnímání.

A tím tady končíme, příliš mnoho informací může vést k mentální zácpě nebo k mentálnímu průjmu. A proto radši skončíme tady. A s tou poslední otázkou, s tou začneme příště. Pro dnešek asi tolik. Čas už jsme naplnili. A teď zbývá čas na otázky. Je to tak? Vidíme to stejně?

Otázka: Může se stát objektem meditace pozornost samotná?

Může. Může samozřejmě. Podle komentářů, obzvláště v *Abhidharmě*, veškeré zdravé faktory vědomí můžou se stát objektem koncentrace až do čtvrté *dhjány*. Ale jestli začínáš pozorností, bude ta technika daleko těžší. Jestliže už dhjánu máš, tak pak to není velký problém. Protože

[39] anglicky = takovost

veškerý mentální obraz, abstraktní se může stát objektem hluboké koncentrace. *Dhjána* není výlučně v buddhismu, ve všech náboženstvích může na Boha získat dhjánu též. Stejné principy. Vlastně Svatá Tereza z Ávily[40] to vysvětluje, stavy *dhjány* na kontemplaci na Krista. Velice se to blíží tomu popisu.

Otázka: Bhante, použil jste výraz „*bódhisattva* s přesvědčením". Je možné, aby existoval i *bódhisattva*, který praktikuje bez přesvědčení?

Samozřejmě. *Bódhisattva*, který praktikuje s přesvědčením, jeho jednání je formováno bódhičittou. A jeho přísliby k tomu, že praktikuje, aby se nezbavil svých nečistot vědomí, ale nečistot všech bytostí, aby neosvobodil jen sebe, ale osvobodil všechny bytosti. Aby se naučil nejenom to, co potřebuje, aby se zbavil nečistot, ale aby se naučil všechny dharmy, které to umožňují, které tomu napomáhají. A aby se stal perfektním buddhou, který má tělo dharmy. *Arahat* nemá tělo dharmy. Buddha má tělo dharmy. Čili *bódhisattva*, který *touží* po těle dharmy, a který adoptuje svojí praxi na tělo dharmy, ten praktikuje s přesvědčením.

Otázka: A je vlastně vhodné bódhisattvu, který praktikuje bez přesvědčení, nazývat bódhisattvou?

Stejně tak, jako žák, který praktikuje bez přesvědčení, nikdy se ani *dhjány*, ani sótápanna[41] nestane; také *bódhisattva*, který praktikuje bez přesvědčení, nikdy *párami*[42] nezíská. To není možné, že ano? To je stejné.

A *párami* bódhisattvy jsou založené na čem? Jsou založené na transcendentální moudrosti. Bez transcendentální moudrosti ty *párami* nejsou *párami* bódhisattvy, ale jsou *párami* jiné. To, co dělá co dělá *párami* cestou bódhisattvy, to je transcendentální moudrost. Čili když praktikuje s perspektivou transcendentální moudrosti, tak postupem času se stává

[40] Svatá Terezie od Ježíše, také Terezie z Ávily, 1515 až 1582, španělská mystička a reformátorka karmelitánského řádu.

[41] sótápanna: „ten, kdo vstoupil do proudu", je ušlechtilou osobou na nejnižším z osmi stupňů svatosti (arija-puggala). Rozlišují se tři typy: 1.‚ten, který se zrodí nanejvýš sedmkrát' (sattakkhattu-parama), 2. ‚ten, který putuje z jedné vznešené rodiny do druhé' (kólankóla) a 3. ‚ten, který vzklíčí již jen jednou' (éka-bídží). V textech (například Pug. 37−39; A. III, 87) se uvádí:
1. „Když vstoupí člověk do proudu (směřujícího k nibbáně), poté co odstranil tři pouta (osobnostní názory, pochybovačnost a připoutanost k pravidlům a rituálům; samjódžana), nezrodí se již v nižších světech, je pevně zakotvený a předurčený k plnému osvobození. Poté, co se ještě sedmkrát zrodí mezi lidskými nebo nebeskými bytostmi, dosáhne konce veškerého utrpení. Takový člověk se nazývá ‚ten, kdo se zrodí nanejvýš sedmkrát' (sattakkhattu-parama)."
2. „Když vstoupí člověk do proudu, poté co odstranil tři pouta … a je předurčený k úplnému osvobození, zrodí se ještě dvakrát či třikrát ve vznešených rodinách a poté dosáhne konce veškerého utrpení. Takový člověk se nazývá ‚ten,kdo putuje z jedné vznešené rodiny do druhé' (kólankóla)."
3. „Když vstoupí člověk do proudu, poté co odstranil tři pouta … a je předurčený k úplnému osvobození, zrodí se ještě jednou v lidském světě a dosáhne konce veškerého utrpení. Takový člověk se nazývá ‚ten, který vzklíčí už jen jednou' (éka-bídží)." Viz Sótápatti-samjutta (S. LV). (Nyanatiloka Thera: Buddhistický slovník)

[42] páramitá

bódhisattva s přesvědčením. A takový *bódhisattva* to má lehčí se zbavit nečistot vědomí, alespoň tak se věří v učení bódhisattvy. 😊

> Otázka: Takže jinak řečeno, *bódhisattva*, který praktikuje bez přesvědčení, může sejít z cesty a realizovat jen „arahatství“?

Čili *bódhisattva* může z cesty se odchýlit. Nejenom začáteční *bódhisattva* i velice pokročilý *bódhisattva*. V komentáři Nágárdžuny k Transcendentální… s 25000 verši je příběh Šáriputry. *Šáriputra* praktikoval, hned se nestal *Šáriputra*, protože jenom praktikoval s Buddhou v posledním životě, ale v mnohých životech praktikoval společně s Buddhou. A chtěl se stát též, stejně jako Buddha, se chtěl stát buddhou. A jelikož *Šáriputra* má talent, tak praktikoval vroucně a Sakka ho chtěl vyzkoušet, jestliže je opravdový *bódhisattva*. Sakka jako bůh, božstvo má možnost měnit těla podle přání, tak k němu přistoupil v podobě starého brahmína a požádal o oko. Jelikož Buddha podle příběhu džátak několikrát v životě obětoval své oko. A tak *Šáriputra*, jelikož chtěl skutečně praktikovat až do konce, tak mu dal, jelikož byl obzvláště nadšený ve své praktice, tak mu dal své pravé oko. A *Sakka* se na něj podíval, když ho vytáhl s tváře, vzal si ho do dlaně, plivnul na něj a řekl: Ty hlupáku, já jsem chtěl to levé, ne to pravé! A *Šáriputra* potom se rozhodl, že my bytosti jsme tak neracionální a tak neschopní správně uvažovat, a tak nevděční, že to nemá cenu, toužit po tom spasit všechny bytosti, radši první spasí sebe. A tak v příštím životě se stal nejmoudřejším žákem.

To je samozřejmě příběh. Já nevím, já u toho nebyl, jestli je to skutečné nebo není. Ale to ilustruje, že i pokročilý *bódhisattva* může zaváhat, když je zkoušen. A když jsme upřímní v praxi, vždycky budeme zkoušeni. Život je zkouška nakonec. Je to tak. Vidíme to stejně?

Žádné jiné otázky, tak zůstaneme tady a uvidíme se za týden.

(3. část)

V těchto nedělních přednáškách pro ty, kteří nebyli přítomní v předchozích dvou přednáškách. Rozebíráme text, který jsem přeložil z čínštiny, nazývá se Krátké shrnutí metod k praxi *dhjány*. A my teď probíráme první část tohoto texty, která vlastně vysvětluje podmínky, jak se dostat do *dhjány*. Má tři části, první část jsme probrali, ta vysvětluje meditaci na nehezké, abychom zmenšili v nás chtíč. Chtíč, jak bychom měli vědět je vlastně základ všech znečištění vědomí. A tento text dává vlastně pouze jedno téma. Já jsem vysvětlil, že většinou, třeba v théravádové tradici je několik témat meditace, aby se člověk připravil na meditaci.

A další část, skončili jsme asi v polovině této druhé části, to jsou *podmínky*, pro úspěšnou praxi *dhjány*. A třetí část, kterou budeme rozebírat dneska, a druhou půlku druhé části též, třetí část rozebírá paňča-nívarana, což je pět překážek, které nám nedovolují vstoupit do stavu hluboké koncentrace, do stavu *dhjány*.

A my jsme probrali první dva odstavce, teď probíráme třetí odstavec a ten začíná otázkou, jak můžeme vědět, že jsme získali jednobodovost mysli – ékaggatá, ékágratá? A odpověď je: Jestliže mysl zůstává u mentálního obrazu, tzn. nimitta. V severní tradici se obzvláště zdůrazňuje, že veškeré objekty meditace jsou mentální objekty. Protože jen koncentrovaná mysl a moudrá mysl patří pouze mentálnímu vědomí. Jestliže mysl je venku a snaží se chytit objekty pěti smyslů, pak nemá sílu rozlišit objekt tak, jak je a též nemá možnost se dostat do stavu hluboké koncentrace, které toto rozlišení objektu, tak jak je, umožní. Podle základního pravidla buddhismu i jógy – *Jen vědomí nebo mysl samádhi může rozlišit objekt, tak jak je*.

Jestliže mysl je venku, tak vlastně rozlišujeme na základě naší libosti nebo nelibosti a to jsou samozřejmě fantomy myšlení. To není vlastně objektivní rozlišení. To je třeba si uvědomit, že my, naše vědomí vlastně nerozlišuje objektivně, rozlišuje podle našich libostí a nelibostí, podle našich počitků. A počitky je právě to, co zapříčiňuje, podle buddhismu, vazby vědomí. My jsme *uvázáni* na počitky.

A rozdíl mezi námi a osvobozenou bytostí je, že na počitky prakticky uvázán není. Čili má daleko větší svobodu vůči počitkům. To znamená jestliže mysl je schopná se koncentrovat na mentální obraz, co se stane? Jeho tělo bude mít jemnost a světlo. Bude jasné a jemné. Čili počitek těla bude jasný a jemný. Tomuto stavu se říká kammaňňatá. Do angličtiny se zpravidla překládá jako *pliancy*. Já jsem přeložil podle čínštiny jako, že jeho tělo bude jemné a jasné. Jemnost a jasnost, já většinou překládám tento termín do češtiny, kammaňňatá, pliancy, jakožto uvolnění a jasnost. Myslím, že to nejlépe vystihuje tento stav.

Uvolnění a jasnost patří podle *Abhidharmy* může patřit tělu i může patřit mysli. Ovšem to uvolnění a jasnost, které patří tělu je *vázáno,* a to je třeba si uvědomit na mentální faktory, na čétasika. Takže ačkoli naše tělo, a když stárne, tak to cítíme čím dál tím více, ačkoli naše tělo nedává zrovna nejpříjemnější pocit, nedává příjemný pocit tím, že naše počitky, naše vnímání je jasné, automaticky též náš pocit těla se nestává tak těžký. A to se děje za předpokladu, že

máme hlubší koncentraci. A koncentrace může jen existovat, hlubší koncentrace může jen existovat na základě, jak text uvádí, mentálního obrazu ve vědomí, který jsme stabilizovali.

Tento stabilizovaný mentální obraz se stává potom objektem *dhjány*. A jestliže mentální stabilizovaný obraz můžeme udržet, je tento mentální obraz vždy spojen s příjemným počitkem. To je třeba si uvědomit. Proto právě mentální vědomí přináší daleko hlubší slast a požitek než vědomí pěti smyslů. A to, co je jemnější, trvá. To, co je hrubé, netrvá. A protože to, co je hrubé, netrvá, tím, že požitek založeným na tom, co je hrubé, netrvá, pak když přestane, nastane co? Nastane frustrace. A to se v meditaci nestává, jestliže máme k dispozici jemný, stabilní objekt.

Dále text uvádí, že v tomto stavu veškeré nepříjemné počitky jako zloba, nenávist, starosti, deprese, automaticky přestávají. Je zajímavé, že text uvádí pouze ty nepříjemné počitky, které jsou spojené s tím, čemu se říká patigha, pratighá. To znamená doslova odpor. Ze všech nepříjemných počitků odpor – pratighá - doslova znamená mlátit vědomím o něco. Jestliže vědomí chce něco potlačit, mluvíme o pratighá. O odporu. A z tohoto odporu pochází pak strach, deprese, starosti. A Buddha říká, kromě jiného, že tyto stavy vědomí jsou osvobozenému vědomí cizí. Existují pro bala ne pro pandita. *Bala-pandita sutta*[43] takto hovoří.

A v tomto stavu koncentrace na pevně ustanovený mentální obraz ve vědomí, text říká, že meditující zakouší štěstí, které ještě nikdy před tím neměl možnost ochutnat. A toto štěstí se nedá srovnat s ničím, co můžeme zažít na základě pěti smyslů. Proč? Protože jemnější je vždycky příjemnější než to hrubé. Pro je jemnější příjemnější než to hrubé? Protože mentální dotyk je jemnější než dotyk pěti smyslů. A čím jemnější dotyk, tím větší rozkoš. To je třeba si uvědomit. Právě proto ti, kteří mají koncentrovanou mysl, ti svými smysly, jestliže se hluboce koncentrují, můžou zažít daleko hlubší požitky než ti, kteří koncentrovanou mysl nemají. Protože vlastně *produchovní* objekty pěti smyslů.

Jelikož jeho mysl se stává čistá, jeho tělo bude vydávat světlo a text ho srovnává s jasným vyčištěným zrcadlem, které září ven. Čili ve stavu hluboké koncentrace meditující jakoby cítí vlastní tělo jakoby vyzařovalo do prostoru. A dále ho přirovnává s perlou, která svítí v jasné vodě. Čisté vodě. A srovnává tuto situaci, jako to znamená, že v této situaci jsme blízko stavu *dhjány*, prohloubení vědomí v objekt a sjednocení vědomí s objektem a je to situace kdy vlastně meditující jako kdyby kopal studnu a našel vlhkost. A tím pádem ví, že vlastně uspěl a voda je v blízkosti.

Ovšem je třeba pochopit, (o tom jsem se zmínil posledně), že v tradici severního buddhismu, sanskrtského buddhismu, dosáhnutí *dhjány* není účel, není tolik účel samathy, jenom prostředek samathy. V théravádové tradici sammá *samádhi* je vysvětlováno jako posun prohloubení vědomí. Čtyři … objekty, čtyři bezforemné objekty. Ovšem v severní tradici meditace šamatha účel je nepohnutelnost vědomí. Získat vědomí, které se nehýbe. Toto

[43] https://www.accesstoinsight.org/tipitaka/sn/sn12/sn12.019.than.html

nepohnutelné vědomí existuje též ve čtvrté dhjáně, ale nepohnutelné vědomí je to vědomí, ve čtvrté dhjáně je stav, kdy meditující necítí dech, tedy v nosních dírkách, stává se tak jemný, nemá ani příjemný pocit, ani nepříjemný pocit, má neutrální pocit a ten je ze všech pocitů nejpříjemnější. To je třeba uznat. A těžko vysvětlit, pokud sami nepraktikujeme, že pocit neutrální je vlastně ze všech pocitů nejpříjemnější. Proč? Protože v něm žádné tendence k chtíči a odporu neexistují.

A to se děje pouze ve čtvrté dhjáně. Předešlé *dhjány* jsou stavy štěstí a radosti. My praktikujeme *šamathu*, abychom zažili štěstí a radost, a tím pádem nebyli pohnutí utrpením, které je nám vlastní. Ale vlastně to nejhlubší štěstí, které se nedá popsat, je to štěstí, kdy vědomí neinklinuje ani k štěstí, ani k odporu. A tím zažívá stav absolutní rovnováhy. A tento stav absolutní rovnováhy je v severní tradici nazýván podobnost nirvány. Není to nirvána, ale je to stav nirváně podobný. Právě proto čtvrtá *dhjána*, o té budeme mluvit v příštích lekcích je vlastně ideální stav pro praxi hluboké meditace, pro získání hluboké moudrosti, nepohnutelného vědomí. V severní tradici vlastně ideál *šamathy* je od samého začátku vysvětlen jako nepohnutelné vědomí, *áneja*.

Takže v perfektní dhjáně je stav štěstí, který meditující, pokud dhjánu nezažil, nepoznal. Ale tento stav štěstí se může stát objektem chtíče. Právě proto v severním buddhismu rozlišujeme dhjánu zašpiněnou, což je *dhjána* s chtíčem; dhjánu čistou, dhjánu bez chtíče a dhjánu, která vede k dalšímu pokroku. To je *dhjána*, od které se meditující odlučuje, aby získal hlubší stav koncentrace a vědomí.

V šamathě meditující medituje tak, kontempluje na to, že všechny hlubší stav vědomí jsou stavy hlubší jemnosti a vyrovnanosti a tím i hlubší koncentrace. Ale ve vipassaně, tedy meditace šamatha, pokud objekt je objekt, který je možno uchytit, je meditace čemu se říká lókika – světská meditace. Meditace vipassaná pokud jde do hloubky je to, čemu se říká *nadsvětská* meditace – lókuttara. Nebo jejím objektem jsou čtyři vznešené pravdy. Proniknutí čtyř vznešených pravd je střední cesta. A v buddhismu tato střední cesta je jediná cesta, která může vést k perfektnímu osvobození. Perfektní osvobození je to osvobození, na kterém nelze ulpívat. čili trvá. To, na čem možno ulpívat, netrvá.

Dále text uvádí, že ten, kdo takto medituje s vírou, s *vírja*[44], úsilím, může vstoupit do hluboké koncentrace a ve stavu hluboké koncentrace automaticky jeho mysl nepřijímá chtíč po objektech pěti smyslů. To je charakteristika hluboké koncentrace, při hluboké koncentraci mysl *odmítá* chtíč po pěti smyslech, po objektech pěti smyslů. To je třeba pochopit.

[44] vírja (páli: virija) – rozhodnost, síla vůle; energie jež tvoří podklad neúnavného úsilí dosáhnout toho, co je blahé, a vyvarovat se toho, co je neblahé, nečisté přeměnit v čisté. – Vírja je totožná s 6. článkem osmidílné cesty a odpovídá jí i čtvero dokonalých snah; kromě toho vírja tvoří jednu z patera sil (bala), jednu z páramit, jeden ze sedmi článků probuzení (bódhjanga) a jednu ze schopností označovaných jako indrija.

Tím je též možno uznat jestli máme správnou koncentraci, nebo nesprávnou koncentraci. Správná koncentrace závisí na správné uvědomělé pozornosti, sammá sati. A nesprávná koncentrace je založena na miččhá sati, na nesprávné uvědomělé pozornosti. To je velký rozdíl.

Jestliže máme *uvědomělou* pozornost, co se děje? Jsme si vědomi toho, že ulpívání a odpor nám neprospívá. Jestliže nemáme správnou uvědomělou pozornost, nejsme si toho vědomi. A tím pádem, přesto, že jsme koncentrovaní, naše vědomí *ulpívá* na objektu, který chceme uchytit, anebo má odpor vůči objektu, který nám vadí. A to samozřejmě vede k nestabilitě vědomí. Ztrátě stability vědomí. Tím pádem meditující, který má uvědomělou pozornost, může stav v čisté mysli prodloužit. A jestliže ho prodlouží, pak automaticky může vést k hledání jemnějšího objektu, který je spojen s hlubší koncentrací a s hlubším pochopením.

Tedy podle textu, ten, který dosáhl jednobodovosti vědomí na mentálním obrazu, který se naučil udržet ve vědomí, ten *automaticky* v tomto stavu odsuzuje chtíč a zlobu. Tím pádem jeho stabilita vědomí zůstává. A v tomto stavu, jestliže chtíč vyvstane v jeho mysli vidí to jako kdyby se hrabal ve výkalech.

A jelikož tento text je samozřejmě spojen též s mahájánovou tradicí, jak jsme vysvětlili. Přesto, že vysvětluje meditaci z hlediska toho, který chce dosáhnout stav arahata, to bylo běžné v jeho době, vysvětluje to s perspektivy bódhičitta. S perspektivy probuzeného vědomí, které chápe, že absolutní probuzení není individuální probuzení. A proto tento stav hluboké koncentrace vede meditující, nebo by měl vést meditující k hlubokému soucitu. To je důležité, hluboký soucit vůči čemu? Vůči těm, kteří smyslovým počitkům propadají. To je samozřejmě většina z nás.

Čili tento text spojuje praxi hluboké koncentrace s praxí soucitu, který je základ praxe bódhičitty, praxe probuzeného vědomí, které si je vědomo *nemožnosti* individuálního vysvobození.

Tedy, jak jsem vysvětlil, správná koncentrace je založena na správné uvědomělosti; nesprávná koncentrace je založena na nesprávné uvědomělosti. A co je nesprávná uvědomělost? To je ta, která nechává v mysli vyvstat chtíči a zlu.

Čili my můžeme též, a indická literatura jógy je plná takových příkladů, my můžeme též, ačkoli máme hlubokou koncentraci, můžeme se oddat hněvu. Podle indické tradice velká poušť v Rádžistánu a Sindhu, v Pákistánu, je výsledek hněvu zřeců. Čili hněv jogína může vést, aspoň vedl, dnes už asi takoví jogíni nejsou, může vést k zničení celé komunity, dokonce i celé země. V Indii mnoho lidí ještě věří, že tento svět přes veškerý chtíč a zlobu, která v něm existuje, ještě trvá, protože kompetentní jogíni hluboko v Himalájích praktikují *mettá*, praktikují lásku k tomuto světu.

Takže úkol meditujícího je se snažit, jestliže chce dosáhnout *dhjány*, čisté *dhjány*, ne-li *dhjány*, která vede k dalšímu pokroku, musí se snažit celý čas a musí *odstraňovat* stále v mysli překážky, které budou tématech dalšího odstavce. Dále by měl kontemplovat, meditovat na veškeré nepříznivé stavy vědomí ve sféře vnímání založené na smyslech, jak všichni studující

v buddhismu a jógy by měli vědět. V buddhismu máme sféru vědomí určovanou přáním po požitcích pěti smyslů. My se nacházíme v tomto světě a jak víme, většina našich myslí je spojena s tím, co budeme jíst, co budeme vidět, co budeme slyšet, co ochutnáme, čeho se dotkneme. Proto žijeme v té nejnižší sféře vnímání, to je sféra vnímání založená na pěti smyslech, které se říká káma dhátu. Dhátu je element, káma je vlastně přání. Naše vědomí je vlastně lámáno různými druhy přání, které dělají mysl neklidnou. A tím pádem též, opak přání je zloba, vlastně v neklidné mysli se přání a zloba střídají velice rychle.

A proto text uvádí: Meditující by měl meditovat na všechny tyto stavy ve sféře ovládané pěti smysly jako na nestálost, utrpení nestálosti, utrpení - skutečné utrpení je nestálost, toho jsou si vědomi pouze ty bytosti, které jsou probuzené. Prázdnota, prázdnota toho, co je nestálé, co přináší utrpení a též nejáství toho všeho.

Jelikož jsem se zmínil o třech sférách, o třech elementech, které určují stav vědomí, krom vědomí které je určeno různými druhy přání založených na objektech pěti smyslů. Existuje též vědomí, které se usazuje na jemných objektech, toto vědomí je stabilní a příjemné. A pak vědomí, které má jako objekt neforemnost. Toto vědomí, jelikož v něm už není objekt rozlišení, může dosáhnout daleko hlubší koncentrace, *ale* jeho moudrost zaostává. Protože moudrost potřebuje samozřejmě rozlišení.

Takže meditující, který se chce dostat do stavu *dhjány* by měl srovnávat tyto stavy, o kterých jsme se zmínili, tedy ty překážky, hlavně překážky dané odporem, tedy strach, starosti, zlobu atd., deprese. Měl by na ně meditovat, jako kdyby meditoval na rakovinu v těle, na boláky, na furunkly atd. Na všechno, čemu mysl nechává vyvstat nechuť.

Takže jestliže meditující cítí nevoli vůči všem těmto překážkám, neblahým stavům vědomí, spojených s chtíčem a hlavně s odporem, toto text nazývá je počáteční stadium praxe *dhjány*. To zn., že v tomto stadiu mysl nepřijímá znečištění. A aby mysl nepřijímala znečištění, musí se zbavit pěti překážek.

Odstranění pěti překážek

Kumárádžíva

Když se objeví[45] překážka smyslové touhy[46], měl by praktikující rozjímat o předmětech pěti smyslů a meditovat:

Vyznávám stezku a již jsem se vzdal pěti smyslových tužeb. Jak o nich nyní mohu znovu rozjímat?

Nejsem jako ten, kdo vyzvracel jídlo a pokusil se ho znovu sníst? Smyslová přání jsou neřestné dharmy patřící ke světu. Nyní studuji cestu (osvobození). Už jsem si oholil vousy a vlasy a oblékl jsem si oděv Dharmy. Až do konce svého života jsem opustil, navždy odřízl všechny touhy po pěti předmětech smyslových tužeb. Není krajně nevhodné nechat je stále vznikat? Měl bych je okamžitě vymýtit, jako by to byli zloději nebo jedovatí hadi, kteří vnikli do mého příbytku. Měl bych je považovat za opravdu velké neštěstí.

A navíc, pět tužeb je jako příbytek zla a nelze je nahlížet jinak. Zpočátku se zdají být docela příjemné, ale po nějaké době nás svedou na scestí a způsobí nám nejrůznější hořká utrpení spojená s jedy, jako je žárlivost, nenávist a hněv. Neexistuje zlo, které by nezpůsobily. Lze je přirovnat k pytlům naplněným ostrými noži, které zraňují lidi, kteří je obejmou.

A i když člověk může získat požitek z pěti předmětů smyslových tužeb, nikdy se jimi nemůže uspokojit[47]. Nebýt uspokojený znamená být bez štěstí. Lze to přirovnat k žíznivému člověku, který pije hnis, nikdy neuhasí žízeň a nedosáhne potěšení. Nebo jako člověk, který si škrábe svrab, jeho onemocnění se nezlepší a nestane se příjemným zážitkem. Kromě toho smyslné (smyslové?) touhy znečišťují mysl člověka, takže není schopna vidět, co je dobré a co špatné. Díky nim se člověk nebojí následků zlých skutků v tomto životě a v životech příštích. Právě z tohoto důvodu by měl člověk smyslné touhy vymýtit.

I když člověk odstranil překážky smyslových tužeb, může v jeho mysli vzniknout roztrpčení v podobě[48] představ. Tu je třeba odstranit. Člověk by měl uvažovat o tom, že od okamžiku početí v děloze vždy trpí. Společnost mu nutně dělají nejrůznější utrpení, jak tedy může člověk nadále

---

[45] Kámačandra 婬欲

[46] Pojednání o pěti překážkách viz například The Middle Length Discourses, Madždžhima Nikaja. tr. Bhikkhu Ñānamoḷi and Bhikkhu Bodhi. Wisdom Publications, MN27.18, 39.13-14 s podobenstvím nebo Digha Nikaya Sāmaññaphalasutta, Pali Text Society, 71-73, or Y.B.S. Samāhitā bhumi Taisho 30. Han Qing Jing Ke Ju, 352-362 or, V.M. ch. 6, 67. Patisambhidá Magga, Ánápána kapitola.

[47] 大智度論, 19. kapitola; Cestou k odstranění smyslových tužeb (rága) je pochopení nedosaženého (aprápja 不可 得).

[48] Pratigha 瞋惱

přidávat další mrzutosti? Dejme tomu, že má být někdo popraven, jak by mu laskavý člověk naložil další utrpení a bolest?

Kromě toho by člověk praktikující cestu osvobození měl být schopen opustit[49] pouta, jako je sebeláska a arogance, která nebrání cestě do nebe, a přesto by neměla vznikat v mysli praktikujícího. Co říci o zášti a nenávisti, které člověka připravují o samotný kořen štěstí? Kromě toho (překážku zášti) lze přirovnat k vařící vodě, která člověku nedovoluje vidět svou tvář. Podobně když v mysli vznikne zášť, člověk nemůže rozlišovat mezi ušlechtilým a průměrným, ani poznat své rodiče či učitele, ani přijmout Buddhovo učení.

Zlost je vskutku velkou nemocí. Je škodlivá a není cestou, neboť se podobá samotnému[50] ďáblu. Člověk by měl rozjímat o přátelskosti, aby odstranil zášť a nenávist. Až přestanou překážky v podobě smyslných tužeb a zášti, člověk zažije štěstí, pokud dosáhl soustředění dhjány.

V případě, že člověk ještě nedosáhl štěstí dhjány, může jeho mysl klesat kvůli rozptylujícím emocím, starostem a zmateným myšlenkám; jeho (vnitřní oko) ztratí soustředění. V takovém případě by měl člověk vědět, že jeho mysli škodí lupič v podobě[51] lenosti a letargie. Škodí i světským ziskům. Oč více cestě? Překážky v podobě lenosti a letargie se neliší od smrti. Jediný rozdíl je v dýchání. Stejně jako když látka zakrývá vodu, není v ní vidět tvář, tak když mysl zakrývá lenost a letargie, není vidět, co je dobré a co špatné. Člověk tak není schopen pochopit skutečnou povahu všech jevů. Aby člověk odstranil [překážky lenosti a letargie], měl by rozjímat tímto způsobem:

Jak mohu klidně spát, když mi stále škodí všichni lupiči v podobě poskvrn? Je to jako čelit bandě lupičů s ostrými zbraněmi, jak se mohu oddávat spánku? Neměl bych spát, protože jsem neodstranil pohromu v podobě stáří, nemoci a smrti, ani jsem neopustil utrpení tří nižších sfér existence, když jsem ve své praxi dosáhl přípravného stupně[52] vřelosti.

Pokud překážky v podobě lenosti a letargie nepřestaly, měl by si praktikující postříkat tvář studenou vodou a pozorovat hvězdy a planety ve čtyřech směrech. Meditace o těchto třech věcech nedovolí, aby člověku bránily v mysli překážky lenosti a letargie. První z nich je strach. Člověk by měl myslet na velkou sílu smrti, která je vždy připravena[53] způsobit škodu. Člověk by si měl připomínat, že smrt je blízko jako lupič, a přesto se nemá na co spolehnout. Dále by měl člověk také myslet na smrt, jako by to byl meč nasazený na krk, připravený useknout hlavu, kdykoli usne. Druhým důvodem je vděčnost. Zde by si měl člověk připomenout Buddhu jako velkého učitele a rozjímat: „Ještě nevlastním všechny[54] vynikající dharmy, které Buddha učil.

---

[49] Samjódžana 結
[50] Rákšasa 羅刹
[51] Sthjánamiddha 睡眠
[52] Úšman, 暖法 zde úšmadharma, nebo úšmagatadharma; první ze čtyř kořenů zdravého (kušalamula) vedoucí k realizaci cesty vidění (daršanamárga), viz např. Abhidharmakóšabhášja 6. kap. 17. verš, tr Poussin, 163.
[53] Jamarádža, Jamadeva 死王
[54] Saddharma 妙法

Jsem šťastný a vděčný za to, že jsem přijal jeho učení. Když budu takto rozjímat, moje ospalost zmizí." Třetí je úzkost a starosti. Zde by si měl člověk připomenout nekonečné a neomezené utrpení, bolest a újmu z budoucích sérií znovuzrození, kterými bude muset v této samsáře projít. Pokud se člověk zamyslí nad překážkou lenosti a únavy a vyzve ji všemi druhy dovedných prostředků, měl by být schopen ji zastavit.

Když se objeví překážky[55] vzrušení a výčitek svědomí, měl by člověk rozjímat tímto způsobem:

Když chtějí světští lidé rozptýlit své starosti, hledají potěšení, a tím umožňují, aby vzniklo rozrušení a rozličnost [založené na touze, prapañča]. Jsem praktikující asketa, který sedí v meditaci a hledá cestu. Je krajně nežádoucí, abych se oddával nedbalosti, která dává vzniknout rozčilení. Buddhovo učení obzvláště zdůrazňuje soustředění jako základní praxi, takže bych neměl tak snadno oddávat svou mysl nedbalosti.

Rozrušení a rozličnost (rozptýlení?) lze přirovnat k vodě rozbouřené vlnami, které zneviditelňují tvář. Když hýbou myslí, není schopna vidět, co je dobré a co špatné. Pokud jde o výčitky svědomí, byly vysvětleny v dokonalosti meditace[56].

> Otázka: Proč smyslná touha, zášť a pochybnosti - každá zvlášť tvoří jednu překážku, proč lenost a letargie spolu se vzrušením a výčitkami tvoří společnou překážku?

Odpověď: Protože síla rozčilení z lenosti je slabá, nebude mysli překážet, pokud jí nebude pomáhat letargie[57]. Podobně vzrušení bez výčitek svědomí nebude schopno tvořit překážku. Proto se obě spojují dohromady a tvoří jedinou překážku. Lze to přirovnat k upevňování nějakého předmětu provazem. Jeden provaz nebude mít sílu splnit úkol, ale v kombinaci s dalšími provazy ano. Kromě toho, pokud jde o mentální faktory lenosti a letargie, je to právě lenost, která mysl ztěžuje. Kvůli tomu, že je mysl těžká, ztěžkne i tělo. Lenost představuje jen mírnou překážku mysli, ale posílená letargií; společně překážejí na cestě praxe. To je důvod, proč se tyto dva mentální faktory spojují v jednu překážku. Když se člověk probudí z letargie, mysl není jednobodová. Rychle si vybaví pět předmětů smyslových tužeb a oddává se všemožným mrzutostem. Tento [stav] se nazývá vzrušení. Vzrušení lze přirovnat k opici osvobozené z pout, která rozpustile pobíhá, skáče a hraje si v lese. Vzrušení je přesně takové. Když člověk vzpomíná na předměty tužeb pěti smyslů a oddává se všem druhům pout, ztrácí (kontrolu) nad svým tělesným, hlasovým a duševním (jednáním) a umožňuje tak vznik starostí a výčitek svědomí. Člověk začne přemýšlet o tom, co udělal a neměl udělat, nebo co měl udělat, ale neudělal. Z tohoto důvodu se vzrušení a obavy spojují v jedinou překážku.

---

[55] Auddhatja-kaukrtjam 掉悔

[56] Autor pravděpodobně odkazuje na Nágárdžunův komentář k Mahápradžňápáramitášástře v 25000 verších Da Zhi Du Lun 大智度論 , oddíl o dokonalosti v meditaci, přeložil Kumáradžíva: T.25, 17. kapitola.

[57] Viz YBS, HQJKJ vol. 1, 354-5.

Otázka: Pokud se někdo dopustil zlých skutků a je schopen činit pokání, nemělo by to být překážkou.

Odpověď: Pokud někdo přestoupí přikázání a má výčitky svědomí a rozhodne se: „Od nynějška už to nebudu dělat“, není takové jednání překážkou. Pokud však někdo vykonal nějaké zlé skutky a nepřestává na ně myslet s myslí zmítanou starostmi a rozčilením, nazývá se to překážkou. V závislosti na těchto různých okolnostech tedy meditující obviňuje překážku z rozrušení a výčitek svědomí a připoutává svou mysl k předmětu meditace.

Pokud meditující mysl vyvolává pochybnosti, je třeba je vymýtit. Proč tomu tak je? Protože mentální faktor zvaný pochybnost není jako připoutanost nebo pýcha (které nebrání cestě do nebe). Pochybnost nepřináší v tomto životě žádné potěšení a v příštím životě vede do pekla. Mít pochybnosti brání všem[58] blahodárným stavům mysli. Dá se to přirovnat k tomu, jako bychom stáli na křižovatce a váhali, protože nevíme, kam se vydat. Pochopení pochybností tímto způsobem je zmírní. Bude-li praktikující tímto způsobem neustále rozjímat o své praxi, pochybnosti se již neobjeví. Když člověk pozná, že pochybnost je neštěstím, které brání správné cestě, rychle ji opustí.

Kromě toho by meditující měl také uvažovat o Buddhovi jako o někom, kdo je obdařen vševědoucností, kdo dokáže rozlišit všechny dharmy, bez ohledu na to, zda jsou světské či nadsvětské, zdravé či nezdravé, prospěšné či škodlivé.

Dokáže vše rozlišit s naprostou jasností, a proto bych měl přijímat metody (jím vyučované), aniž bych o nich pochyboval. Měl bych se řídit jeho pokyny a neměl bych je neuposlechnout. Kromě toho jsou Buddhovy dharmy zázrakem. Nyní nemám znalosti, abych mohl praktikovat soustředění a moudrost v souladu s Dharmou, jak tedy může moje mysl pochopit všechny dharmy? Člověk je schopen ochránit sám sebe před lupiči, jen když má ostré zbraně. Pokud člověk čelí silným nepřátelům s prázdnýma rukama, jistě mu ublíží. Pokud jde o mě, který ještě nedosáhl soustředění a moudrosti, jak mohu pochopit pravý význam všech dharem? To vskutku není vhodné! Nebuddhisté navíc mohou nechat vzniknout pochybnosti, protože nejsou Buddhovými žáky. Pokud jde o mne samotného, který jsem Buddhovým žákem, jak mohu přesto vyvolat pochybnosti, pokud jde o Buddhu?

Buddha často obviňoval pochybnosti, že jsou zhoubné (pro duchovní praxi). Je to překážka, zábrana, závoj a brzda na cestě. Klamání sebe sama ohledně své praxe (aniž bychom se řídili pokyny) je jako vědomé probodávání se šipkami, místo abychom je vyndali. Stejně tak pochybování, klame toho, kdo pochybuje. Smyslné touhy a pochybnosti brání skutečné moudrosti. Lze je přirovnat k člověku postiženému svrabem, který si škrábe ránu a tím si postižení ještě zhoršuje. Pokud však dobrý lékař podá správný lék, svědění svrabu samo ustane. Totéž platí pro praktikujícího Dharmy. Pokud u něj vznikají pochybnosti ohledně všech druhů učení a chce pochybnosti odstranit podle souvislostí (aniž by se řídil metodou), bude

[58] Kušaladharma 善法

mít pochybností ještě více[59]. Jedině následováním Buddhova učení lze pochybnosti přímo odstranit, jakmile se objeví. Meditující tedy pochybnosti různými způsoby zpochybňuje, čímž je okamžitě odstraňuje.

Bhante Dhammadípa

A pět překážek je další téma, které dnes začneme rozebírat. Tato kapitola se jmenuje, nebo tak jsem ji nazval, Odbourání pěti překážek, zvaných *nívarana*.

1. Smyslový chtíč

První překážka, která je vlastně zdrojem, jak už jsme se zmínili, všech dalších překážek, se nazývá *káma-rága*. To znamená smyslový chtíč. Zmínili jsme se o tom, že první část textu nebo první odstavec probírá meditaci na nežádoucí objekty. Právě meditace na nežádoucí objekty umožňuje znechucení chtíče. A teď zase vlastně chtíč je první překážka, kterou nutno odstranit, aby se meditující dostal do stavu hluboké koncentrace.

Texty vysvětlují, že ten, který vstoupí do první *džhány*, odstranil smyslový chtíč a všechny další nečistoty vědomí. Čili nečistoty vědomí *začínají* smyslovým chtíčem. To neznamená, že si máme zhnusit všechny smysly, naopak. Smysly mohou daleko více užívat, v případě, že se od nich odpojíme. Čili my meditujeme na to, co se nám hnusí ne kvůli tomu, že je to hnusné, že jsou objekty pěti smyslů hnusné, ale kvůli tomu, že se chceme zbavit chtíče, který zapříčiňuje *neschopnost* vidět věci tak, jak jsou, a tím pádem přístup k procesu osvobozování.

V jižním buddhismu, tedy v *théravádě* je *káma* a její obměna jako *rága* - rága je od sanskrtského kořene *ranč*, což vlastně znamená, že mysl je zabarvena objektem; jestliže mysl je zašpiněna, je zabarvena objektem. A tento stav zabarvení mysli objektem, tím, že po objektu touží, je vždy v *Abhidharmě* théravády považován za nepříznivý stav mysli, čili osm myslí založených na káma. Na *lóbha*, což je vlastně synonymum *rága*. V severním buddhismu, mluvím o *Abhidharma*-kóša, který každý student severního buddhismu většinou studuje, stejně tak jako *Abhidhamma-sangha* je první kniha, která se dostane většinou do ruky studenta théravádového buddhismu. V buddhismu severní tradice *rága* a *pratighá*, to znamená chtíč a odpor je neutrální. Není vždy negativní. Protože chtíč po dharmě je též vlastně

[59] 大智度論；卷 68 Pokud má někdo pět překážek, neměl by učit transcendentální moudrost. Nebo 卷 69 všechna znečištění vznikají kvůli ctnostem založeným na (závisející na) rozlišování (相似彼岸).

chtíč. A odpor vůči nečistému je vlastně též chtíč. Takže chtíč a odpor může být jak pozitivní, tak i negativní.

Ale pro jednoduchost, samozřejmě, severní tradice od samého počátku dává důraz na logiku; jižní buddhismu dává důraz přímo na praxi a na to, aby praxe byla jasná, byla bez *přílišného* uvažování. To je třeba držet ve vědomí, jestliže si chceme uvědomit rozdíly mezi jižní a severní tradicí buddhismu, které existovaly vlastně od samých počátků těchto… Nemá nezbytně co dělat pouze s problémem velkého a malého vozu.

Tedy ten, který se chce zbavit podle textu smyslového chtíče by zaprvé měl kontemplovat na to, že – zde se jedná o mnicha, protože autor, ať je to kdokoliv, pravděpodobně je to žák Kumáradžívy, ne Kumáradžíva sám, autor je mnich. A mnich, aspoň jestliže má správnou intenci, správný úmysl k odřeknutí světa, tak je to protože si chce získat něco, co je hlubší a příjemnější, než objekty smyslového vnímání. A aby toho dosáhl, rozhodl se oholit si hlavu a vzít na sebe šat mnicha, který v tradici je též vlastně barva odřeknutí. A kontemplovat o tom, že on, jakožto mnich s oholenou hlavou a s šaty dharmy, jestliže takováto osoba ještě se oddává smyslovým požitkům, není hoden být mnichem. A proto by je měl okamžitě zničit. Tak jako chceme zničit nebo odstranit zloděje nebo jedovaté hady, kteří se dostali do našeho příbytku. A měli bychom je kontemplovat jakožto katastrofu.

Tedy jestliže se oddává mysl chtíči po objektech pěti smyslů, je to, alespoň pro mnicha, jakožto prodlévání ve zlu, protože ačkoli se zdají být příjemnými, ty objekty pěti smyslů, jestliže na nich člověk ulpívá povedou nás z cesty. Co znamená, povedou nás z cesty: Povedou nás k stavům spojeným s odporem, tzn. jak jsme říkali – strach, zloba, zlost, nenávist, deprese. A též nebudou smyslové chtíče nikdy schopné někoho uspokojit. Neb jejich trvání je vždy krátké.

A nebýt uspokojen, nemít *samtušti*[60], Buddha učí vždy v *Dhammapada*, samtušti největší zisk v životě, který můžeme dosáhnout je spokojenost. A chtíč po pěti smyslech nikdy spokojenost přinést nemohou. To je jejich vlastnost. Je to přirovnáno jakožto ten, který má žízeň, pije hnis a pitím hnisu nikdy žádné skutečné uspokojení nedosáhne. Atd., přirovnání je mnoho, jako když máme boláky a stále se v nich vrtáme, žádné štěstí z toho nedosáhneme. Atd.

Dále, co je důležité, že díky chtíči po smyslových požitcích bytosti nemohou správně rozlišit, co je pro ně příznivé, zdravé, a co je nepříznivé, nezdravé. A tím pádem se oddávají škodlivým činům, které jim přináší další a další utrpení. A to by mělo stačit k tomu, aby se meditující odhodlal vykořenit z vědomí chtíč po senzuálních požitcích.

Chtíč po senzuálních požitcích je v písmu, tady v tomto textu to není dáno, ale ostatní příklady jsou podle ágama, podle súter – Buddha srovnává mysl, která oddává chtíči po objektech pěti smyslů, jakožto stav mysli, která je, jak už jsem řekl, rága ranž tzn. zbarvená, jako stav mysli, která je zbarvená objektem, a proto nemá schopnost rozlišit objekt, tak jak skutečně je. Dá se to přirovnat k vodě, mysl se dá přirovnat k vodě, správná mysl by měla vidět nebo měla cítit své dno. Jestliže máme čistou vodu, můžeme vidět dno. Jestliže ovšem voda je zbarvená, dno

[60] samtušti nebo samtušta: uspokojení, spokojenost.

nemůžeme vidět. Stejně tak, jako když mysl je zbarvená chtíčem po pěti objektech smyslového chtíče, vlastně nevidí sebe sama. Co znamená: nevidí sebe sama? Nevidí to, že vlastně ta zašpinění vědomí pochází zvenčí. Nejsou mysli vlastní. Jestliže to chápeme, vidíme dno. Jestliže to nechápeme, vidíme mysl, ale nevidíme její dno. Nemůžeme si uvědomit, že vlastně zašpinění jsou *hosté* mysli, ne páni mysli.

Abychom si to uvědomili, právě na to, je tak důležitá praxe *dhjány*, protože ve stavu *dhjány* žádné zašpinění mysli neexistuje. Jestliže je to skutečná *dhjána*. A žádné konfliktní situace též neexistují. Žádné konfliktní situace neexistují.

2. Zloba

Dále, jestliže máme chtíč, určitě budeme mít odpor nebo zlobu, patigha, pratighá. Pratighá je další zábrana nebo překážka, která znemožňuje mysli vidět své dno. Vidět svoji vlastní čistotu. Vidět to, že stavy znečištění vlastně jsou mi cizí. Ten, kdo má smyslové chtíče, určitě bude mít též stav odporu, zloby, protože jsou to vlastně dvě strany stejné mince. Podle buddhismu vlastně veškeré znečištění vědomí pochází z komplexu libosti a nelibosti, která ovládá myšlení obyčejných lidí. Jestliže libost a nelibost naše vědomí neovládá, tak můžeme mít jistotu, že jsme na dobré cestě.

To neznamená, že meditující nemá stavy libosti a nelibosti, tyto stavy je těžké z mysli vykořenit, ale jestliže je vnímá jako něco, co do mysli nepatří, je otevřen pro moudrost a hlubší koncentraci.

A jestliže se odpor objeví, je třeba meditovat na to, že od samého zrození bytosti jsou subjektem utrpení. Jak už jsem se zmínil, opak odporu, opak zloby je *mettá*. Tak jako smyslový chtíč vyvstává pozorností na objekt, který se nám líbí, kterého se chceme zmocnit; zloba, odpor vyvstane na základě pozornosti vůči objektu, který je nám nepříjemný, kterého se chceme zbavit, který chceme odstranit. To je třeba si uvědomit.

Podle buddhistické psychologie veškeré procesy myšlení počínají pozorností. Obzvláště v severní tradici buddhismu ovládnutí pozornosti je klíč, též v théravádové *Abhidharmě* ovládnutí pozornosti je klíč k ovládnutí mysli. Neb mysl se obrací k objektu na základě pozornosti. Pozornost doslova znamená manasikára, to znamená dělat objekt ve vědomí. Jak uděláme objekt ve vědomí závisí na čem? Závisí na našem uvědomění.

Takže opak chtíče nebo ochrana před chtíčem je kontemplace ošklivého, opak zloby je kontemplace toho, co je příjemné. A to nejpříjemnější samozřejmě je láska. Láska ne jako chtíč, ale láska v buddhistickém smyslu jakožto přátelství. *Mettá*. Jen láska jako přátelství, tedy láska s oddaností, s úmyslem ne objekt lásky dominovat, ale s úmyslem objektu lásky pomoci, být nápomocen. Taková láska nedopustí v mysli vyvstání zloby.

A zde máme též, vlastně autor nás připravuje na bódhičittu. *Bódhisattva* nade všechno dává důležitost soucitu. Ovšem soucit vyvstane pouze v těch, kteří mají lásku. Takže se vlastně jedná

o jeden proces. Ale ne všichni si uvědomujeme, že bez lásky soucit nevyvstane. Bez čisté lásky. čili zloba vede k těm nejhrubším, nejtmavším stavům mysli, spojeným s těmi nejnezdravějšími stavy vědomí. Které jsou spojené s tím nejhlubším utrpením, není větší utrpení než zloba, než nenávist. Ten, kdo si to uvědomuje, může se otevřít pro velký soucit.

Dá se to přirovnat, tento stav vyvstání soucitu na základě lásky, ovšem to zde není, to dodávám já, dá se to přirovnat, ten, kdo se zlobě, odporu, násilnému odporu chci říci, nenávisti, hněvu oddává a jestliže my jeho hněv sdílíme, vlastně nechápeme, že ten, kdo se hněvu oddává je jako ten, který je odsouzen k smrti, protože to nejhlubší utrpení, zlost je jako smrt čistého vědomí, nejjasnější smrt čistého vědomí a my ještě vůči takové bytosti můžeme mít zlobu. Čili místo zdůraznění lásky, text zdůrazňuje jakožto protiklad zloby soucit.

Dále text uvádí, že ten kdo medituje za správným účelem, to je osvobození se od pout mysli by měl opustit stavy pýchy a sebelásky, které nejsou překážkami v cestě do nebe. A co říct o zlobě a hněvu, která je ta vlastně největší překážka uspokojení mysli. Tedy hněv nás připravuje o samotný kořen, základ našeho štěstí.

Teď je klasický příklad, který najdeme též v Aggaňňa suttách, stav mysli, která se oddává hněvu, zlobě, odporu je jakožto stav vody, která vaří. Jestliže vaříme vodu, nemůžeme vidět na její dno. A ten, kdo v sobě chová zlobu, a zloba je základ pro žárlivost, my žárlíme, protože máme zlobu, a ten, kdo má zlobu, kdo má žárlivost, což je výsledek zloby, ten nemůže rozlišit mezi osobou, která je vznešená, a která je nízká. Nemůže správně se chovat vůči svým učitelům, vůči svým rodičům atd.

Čili navazuje zde na pravdu, která je též v *théravádě*, V Dhammapadě máme slavný verš: My máme největší odpor vůči tomu, co je nám blízké, co chceme, čeho se chceme zmocnit, vůči tomu máme ty největší starosti, máme ten největší strach. Ale ten, kdo nemá nic, na čem ulpívá, ten nezná ani starosti, ani strach.

To je verš Dhammapady.

Čili text srovnává: zloba, hněv, nenávist není nikdo jiný než ďábel sám. A teď to přichází. První jsme měli soucit, teď máme lásku, což já překládám jako *friendliness*, to znamená přátelství. Přátelství je to, co nedopustí, aby v momentu přátelství nedopustíme vyvstání hněvu v mysli. Jestliže máme hněv mysli, nemáme přátelství. To je třeba si uvědomit. Takže ten meditující, který v mysli nedopustí vyvstání chtíče vůči objektům smyslů a vyvstání zloby, ten může zakusit štěstí, které se podobá štěstí toho, který už dosáhl jednobodové koncentrace *dhjány*.

A to bude pro dnešek všechno. Už jsme překročili čas, tak další překážky probereme příští týden a začneme probírat první dhjánu. Tak pro dnešek asi takhle, jestli jsou otázky. Teď na ně máme čas.

Otázka: Bhante, při přednáškách často používáte termín „nepohnutelné vědomí“. Mohl byste tento pojem vysvětlit, nejlépe za pomoci nějakých

synonym? Mně osobně to připomíná například jógovou íšvaru, ale nejsem si jistý, zda jsem Vás dobře pochopil.

Nepohnutelné vědomí je to vědomí podle *Abhidharmy*, které se zbavilo osmi tzv. apalakša[61]. Apalakša doslova znamená ty stavy, které přizpůsobují, že jednobodovost vědomí není perfektní. A jaké to jsou stavy? První je *vitarka – vičára*, těch se meditující zbavuje v druhé dhjáně, pak je nepříjemný pocit tělesný a nepříjemný pocit mysli. Nepříjemného pocitu tělesného, tedy v tom případě je to nepříjemný pocit tělesný, na který má odpor, se zbavuje meditující vstupem do první *dhjány*. A nepříjemným pocitem mysli, toho se zbaví v druhé dhjáně. A pak píti a sukha. Píti – radost, se zbaví ve třetí dhjáně a sukha – štěstí, se zbaví ve čtvrté dhjáně. A nádech a výdech těch se zbaví též ve čtvrté dhjáně. A tím pádem jeho mysl se stává nepohnutelná. To je vysvětlení v *Abhidharmě*. Ovšem můžeme to vidět trochu jinak, o tom se budeme bavit někdy jindy. Ale tohle je základní vysvětlení, co znamená *áneja*.

Otázka: Vy jste to odmítl. Vy jste řekl, mahájánový bódhisattvový snaživec nemusí se zajímat o dhjány, on se má zajímat o nepohnutelné vědomí.

Ano, ale jeho objekt se stává takovost. Takže je to trochu jiné. Radši to necháme.

[61] Abhidharma Kárika: 11a-b. Protože je bez osmi vad, je čtvrtá neporušená. 11c-d. Vitarka a vičára, dva dechy a čtyři, z nichž štěstí je první. - N/C: Bhásja: "Požehnaný učí, že tři dhjány jsou "narušené" (sa-indžita) kvůli "chybám" (**apakšala**)". K11a-b: "Jakých osm chyb?" - K11c-d: "Osm chyb je vitarka, vičára, štěstí, utrpení, spokojenost, nespokojenost, nádech a výdech. Žádná z těchto osmi se nevyskytuje ve čtvrté dhjáně: proto je jako jediná označována jako "nerušená"." Je pravda, že Sútra říká, že čtvrtá dhjána je nerušená, protože ji nerozrušují vitarka a vičára, radost a štěstí. (Záměrem této pasáže však není přisoudit čtvrté dhjáně dechy atd.; Sútra pouze konstatuje její odlišnost od ostatních dhján). Podle jiných je čtvrtá dhjána "nerušená" (anendžjam), protože je jako lampa, kterou na uzavřeném místě nerozhýbá vítr".
(Apaksala, apakšala: *chyba, vada, selhání, hřích)*

(4. část)

Pro ty, kteří tady nebyli, probíráme text, který je připisován Kumáradžovi – Krátké pojednání o metodách *dhjány*. Teď probíráme první tři kapitoly textu, jsme ve třetí kapitole. To rozdělení jsem udělal vlastně já. První kapitola je o uvedení do meditace na nehezké objekty, abychom se zbavili chtíč, který je vlastně největší zábrana, chtíče po objektech pěti smyslů, což je vlastně největší zábrana v meditaci, která nás omezuje. A zájem o meditaci též.

Další kapitola pojednávala o podmínkách, abychom uspěli v meditaci. A třetí kapitola, kterou jsme začali a nedokončili, pojednává o překážkách v dosažení meditace.

Dosažení meditace je klasicky dosažení vlastně prohloubení vědomí v objekt, kterému se říká *dhjána*. *Dhjána* doslova znamená myslet objektivně o objektu zblízka. To znamená nebýt od tohoto objektu oddělen. Sanskrtsky hovořené *dhjá*, což vlastně znamená myslet, uvažovat. Normálně, když myslíme si objekt přibližujeme slovy, řečí a to vlastně považujeme za myšlení. Ale v dhjáně vlastně žádnou řeč nepotřebujeme, řeč odchází a meditující přímo *splývá* s objektem. A tato schopnost je založena na vyvinutí *jednobodovosti* mysli. Jedině mysl, která je jednobodová může s objektem splynout.

A tento stav se nazývá *dhjána*. A k dosažení tohoto stavu, tradičně je vysvětleno, musíme se zbavit pěti překážek, které nedovolují, aby tento stav nastal. První dvě překážky jsme probrali, dá se to nazvat vlastně libost a nelibost neboli káma rága, což znamená chtíč po objektech pěti smyslů a pratighá, což znamená vlastně odpor vůči objektům pěti smyslů. Tento komplex libosti a nelibosti je vlastně základ pro všechny ostatní překážky, o kterých budeme mluvit teď, a je to vlastně též základ k ulpívání na představě jáství, jako něčeho skutečného. Jelikož máme libost a nelibost vůči objektům, okamžitě s touto libostí a nelibostí se pak objevuje tendence k ulpívání na objektu. To je důležité pochopit. A toto ulpívání na objektu zabraňuje pochopení objektu tak, jak je.

Objekt sám nemá vlastnosti, libosti a nelibosti, tyto vlastnosti libosti a nelibosti přicházejí z mysli samotné. A jestliže máme uvědomělou pozornost, jestliže máme správné pochopení, no tak pak tyto tendence můžeme pozorovat a identifikujeme se s nimi. Tím pádem mysl získává rovnováhu.

Jelikož mysl nemá rovnováhu, vlastně plýtváme energií. To je důležité pochopit. Mysl je též vlastně jistý jemný druh energie. A jelikož sledujeme úpěnlivě naše libosti a nelibosti, vlastně plýtváme energií. A proto mysl má tendenci buď klesat nebo se rozrušovat. A tento stav klesání a rozrušování mysli se dá shrnout též jako stav pěti druhů překážek.

Těchto pět druhů překážek v severní tradici se shrnuje jakožto stav neklidu. A díky stavu neklidu mysl se stává též letargická. A tím pádem my plýtváme vzácnou energií, potřebujeme více spánku tím pádem, jsme unaveni. Podle učení buddhismu ten, který uspěje v meditaci nepotřebuje více spánku něž jednu *jámu*, což jsou vlastně čtyři hodiny. Na to ovšem, aby mu stačili čtyři hodiny spánku, potřebuje mít suverénně balancovanou mysl. A ta suverénně balancovaná mysl právě přichází tím, že se odpoutá od pěti překážek.

3. Letargie

Čili libost a nelibost vůči objektům pěti smyslů je též vlastně stav neklidu. A jelikož máme stav neklidu, jsme unavení. Čili další překážka, té se říká *thína-middha (dhjána middham* v sanskrtu*)*, což znamená vlastně duševní a tělesná letargie. To znamená stav, kdy mysl a faktory mysli, těm se říká *čétasika* (v sanskrtu…), které ovlivňují nebo určují to, jak vnímáme tělo. My vnímáme tělo podle faktorů mysli. To je třeba si uvědomit. Nejdůležitější faktor mysli je počitek. A počitek je založen na vnímání. Jelikož vnímáme, máme počitek. Jelikož máme počitek, máme vztah vůči objektu, který vnímáme buď jako něco příjemného nebo nepříjemného.

No a jestliže mysl se věnuje počitkům a podle buddhismu mysl, světská mysl poznává svět díky počitkům. Samozřejmě jakákoli mysl poznává díky počitkům. Ale rozdíl mezi světskou myslí je, že se těmto počitkům **oddává**. A tím pádem se stává čistě subjektivní, neschopna vidět věci tak, jak jsou. Neschopna vidět, že vlastně mysl sama určuje způsob, jakým sebe a svět vnímáme.

Jelikož se oddáváme našim chtíčům a zlobám, tak mysl klesá. Protože plýtvá energií. A tak třetí překážka tedy je nesenzitivnost nebo letargie mysli a těla – tělo zde znamená faktor mysli, který naše vnímání těla určují, počínaje vnímáním samotným. Jestliže vnímáme něco, bude počitek. Jestliže je počitek, a podle počitku my určujeme náš vztah k objektu, tak tomu se říká tělesný počitek. Ale tělesný počitek je absolutně vytvářen faktory mysli. To je třeba si uvědomit.

Tak tedy další překážka je letargie mysli a těla, jak už jsme řekli, tělo zde znamená hlavně faktory mysli, které náš počitek těla určují. A jelikož tyto faktory mysli, které náš počitek těla určují nejsou jasné, tak my, naše mysl, klesá díky nejasnému počitku a vnímání a tím pádem i díky mysli samotné. Protože jasnost mysli závisí na jasnosti vnímání a počitku. Jestliže počitek a vnímání není jasný, mysl též nebude jasná. To je důležitost počitku a vnímání, které v buddhismu jsou učené jako samostatné agregáty. Ačkoli též patří pod agregát formací, které určují jak vnímáme sebe a svět, jsou též formace. Přesto je Buddha učí jako samostatné agregáty. Nic není samostatné, ale jako agregáty **oddělené** od faktorů vůle.

Jestliže nastane stav *thína-middha*, nastane stav letargie, kterou cítíme myslí a tělem. V buddhismu je velká diskuze o tom, že letargie mysli - *akušala* je vždy nezdravý stav, letargie těla, podle mnohých učitelů, ne ovšem podle *Visuddhimagga* není nezdravý stav. Je neutrální stav. Můžeme být vyčerpáni a potřebujeme spát. Protože tělo nemá jasný počitek, nemá jasné vnímání. Ať už to bereme jakkoli, jestliže máme tento stav klesání mysli, předešlé a následující překážky ve stavu prohloubení mysli v objektu jsou vlastně stavy rozrušení mysli. Stav thína-middha, stav letargie mysli a těla je stav *klesání* mysli. V severním buddhismu vlastně pět překážek je shrnuto jako stavy buď rozrušení nebo klesání mysli. A díky těmto stavům mysl se nemůže vnořit v objekt. V objekt pozornosti na který medituje. Stav letargie těla a faktorů vědomí, které stav vědomí určují, stav mysli určují je srovnáván jakožto, v Ágamách je to

srovnáváno, jako když povrch vody je porostlý plevelem, vodními rostlinkami. Zde v našem textu je jiný úkaz, myslím, že je to srovnáváno s látkou, která pokrývá povrch vody, čili nevidíme nic. Jestliže pokryjeme tůň látkou, nevidíme nic. To je stav letargie, nevidíme na dno.

Všechny tyto překážky jsou srovnávány v sútrách jako stavy, kdy nevidíme dno mysli. Dno mysli je čisté. A buddhismus učí, ať už vysvětlujeme toto dno mysli jakkoliv, v théravádové tradici se učí *vipassanu*, která vysvětluje kontinuitu mysli, jestliže objekt zmizí. V severní tradici se mluví o *álaja*, základním vědomí, které též vysvětluje stejný proces toho, ačkoli mysl vyvstává a mizí v každém okamžiku, přesto má kontinuitu, proto my si můžeme pamatovat věci, které se staly v minulosti. Jinak jak tento proces můžeme vysvětlit? No a ta mysl, ta základní mysl, *vipassanu*, je též ta mysl, která vlastně přechází z těla do těla. Je to mysl, která vstupuje do těla a odchází z těla na počátku a konci existence.

A dno mysli, ať už ho vysvětlujeme jakkoli, je čisté. V sútrách je to též srovnáno se zlatem, mysl je zlato, mysl sama je zlato, ale jestliže zlato smícháme s nečistými kovy, jako je železo, olovo, zinek atd., tak zlato ztrácí tyto kvality. Stejné přirovnání máme zde v pěti překážkách. Buď přirovnání k vodě, která je barevná nebo se vaří… zde pokrytá látkou nebo pokrytá vodními rostlinami – nevidíme nic. To znamená nevidíme nic z této samoosvěcující kvality mysli.

A jelikož mysl je zakrytá, jelikož zlato je spojené s nečistými kovy, nebo voda – nevidíme na dno, no tak nemůžeme správně rozlišit, co je pro nás zdravé a co je nezdravé. Co je pro nás výhodné, co není výhodné. Co vede ke štěstí, k skutečnému trvajícímu štěstí a co nás o toto trvající štěstí připravuje. A jelikož to nevidíme jasně, text též říká: Nejsme schopní poznat skutečné vlastnosti fenoménů, skutečné vlastnosti objektů našeho poznání. A proto nás tady Kumáradžíva vyzývá k tomu, abychom meditovali na tyto překážky, jakožto na zloděje, kteří se dostali do domu. A pokud se jich nezbavíme, nemůžeme být v klidu. A jelikož zde asi Kumáradžíva mluví k mnichům, tak je povzbuzuje k tomu, že jelikož ještě neodstranili proces zrození, jsou to samozřejmě mniši, kteří touží po stavu *arahata*, ne *bódhisattva*, jelikož se nezbavili stavu zrození, stárnutí, nemoce a smrti - neměli by ustat v meditaci.

Mluví též k mnichům, jak už jsem se zmínil, a říká zde, že mnich se stal mnichem, jelikož chce opustit utrpení ve třech sférách bytí, a proto že – co je zajímavé – získal stav tepla. V severním buddhismu, abychom uspěli ve *vipassaně*, musíme projít čtyřmi přípravnými stádii – teplo, vrchol, přijetí a nejvyšší *dharma* ve světě, které vlastně umožňují přímé vidění *nirvány*. Je zajímavé zde, v tomto smyslu, že v théravádové tradici většinou oddělujeme praxi meditace, praxi *dhjány* od *vipassany*. Praxe *dhjány* je trénink v *šamatha*, *vipassaná* sice potřebuje jednobodovost vědomí, ale jednobodovost vědomí *není* moudrost a vlastně se tedy jedná o *oddělený* výcvik, o oddělenou kultivaci. V severní tradici, ne jen v mahájáně, ale i v tradici sarvástiváda, sautántrika vždy byla tendence sjednotit praxi *šamathy* s praxí *vipassany*. A to se děje právě na základě konceptu základního vědomí. V šamatha ve stavu *dhjány* mysl tedy splyne s objektem a tím pádem nemůže se věnovat poznání vlastností objektu, tak jak je. Teď je důležité v théravádové tradici, třeba v *Patisambhidamagga* …Cestě diskriminace od velkého

arahata *Kaččájana*[62], *Kaččájana* mluví o *árammana džhána a lakkhana džhána*. Áramana džhána je šamatha, za účelem získání *dhjány*. Lakkhana *dhjána* je, lakkhana znamená vlastnost, vlastnost objektu. Jeho specifická vlastnost a jeho společná vlastnost, což je nestálost, strast nestálosti a nejáství nestálosti. Toto je vipassaná. Jestliže mysl splyne s objektem pak nemůže jasně vnímat jak specifickou vlastnost objektu, jako to, že vlastnost země je tvrdost, že vlastnost počitku je přijmutí objektu atd. Toto jsou specifické vlastnosti objektu. Jak objektů tělesných, tak i objektů duševních.

Čili théravádový buddhismus rozlišuje deset druhů *dhjány*. Na tomto základě rozdělení mezi árammana džhána a lakkhana džhána. Tedy klasických osm *samápatti*[63], čili *dhjány* dosažení jednobodové koncentrace vůči jemným formám, vůči neforemným objektům, pak přístupová *dhjána – upačára dhjána*, které se říká v severní tradici *samantaka*[64]. Když přejdeme z jednoho pole vědomí, z jednoho stupně vědomí na druhý, musíme první přejít tímto přípravným stadiem. Tedy toto přípravné stadium je též vlastně stav *dhjány*. Stav intimního spojení s objektem.

A pak vipassaná *dhjána*, skutečná *vipassaná* je též *dhjána*. Jedině ve stavu hluboké meditace může meditující pozorovat proces vyvstání a mizení objektu. Jak objektů tělesných, tak i objektů vědomí. A to je skutečná vipassaná. To je zkoumání společných vlastností všech objektů ve světě na základě poznání těchto skutečných společných vlastností ve světě meditující se pak, dá se říci, **odcizuje** od světa. Pokud se neodcizí od světa, nemůže uspět v meditaci. Odcizení od světa neznamená, že se světem není familiární, ale neulpívá na sobě, jelikož neulpívá na sobě, neulpívá na světě. A tím pádem jeho mysl je schopná přijmout ten objekt, který přesahuje nestálost jevů. Sblížit se s tímto objektem a stát se jedním s tímto stavem, který přesahuje nestálost světa.

Tedy zde též tento text, jelikož patří severnímu buddhismu, zde vidíme též jasnou tendenci sbližovat praxi *dhjány* - praxi *šamathy* s praxí *vipašjany*[65]. Jelikož, co znamená stav tepla? Stav tepla znamená, že my vnímáme veškeré světské jevy jakožto nestálost. To je stav tepla. Buddha říká též v sútrách, že ten, který věří v skutečné já v pěti agregátech, ten nedosáhl stavu tepla.

---

[62] Kaččájana, Kátjájana: kněz obětník krále Pradjóty, který byl vyslán, aby pozval Buddhu do Uddžajiní, a byl přijat do obce (sangha) a vzdělán v nauce. Stal se jedním z deseti nejlepších učedníků (dašašišja, dasasissa) a z úcty byl zván Velký Kátjájana, Mahákátjájana, Mahákaččájana. Za jeho dílo jsou považovány spisy Nettipakarana, Vůdčí traktát, a Pétakópadésa, Rady studujícím z (Trojího) koše.

[63] Osm samápatti: „dosažení“, označení osmi pohroužení v jemnohmotných a nehmotných oblastech. Někdy se sem jako deváté řadí i „dosažení ustání“ (niródha-sammápati). (Nyanatiloka- Buddhistický slovník)

[64] Sousední. V kontextu meditace se jedná o fázi sousedící s meditačním dosažením – samápatti. (Sarvastivada *Abhidharma*, Sanskrit-English Glossary, autor Bhikkhu KL Dhammajoti).

[65] vipašjaná (pálijsky vipassaná); vhled, jasnozření, intuitivní poznání tří znaků bytí, a sice pomíjivosti, strastnosti a neosobnosti (anitja, duhkha a anátman) všech tělesných a duševních jevů. V mahájánovém buddhismu je vipašjaná chápána jako analytické zkoumání povahy věcí, jež vede k prohlédnutí pravé podstaty světa, prázdnoty (šúnjatá). Tento vhled zabraňuje vznikání nových žádostí. – Vipašjaná je jedním ze dvou činitelů, podstatných pro získání osvícení (bódhi); druhým je šamatha (uspokojení ducha). (Lexikon východní moudrosti)

A co je opak? V buddhismu nejdříve mluvíme o pěti překážkách, pak mluvíme o praxi, která zabraňuje pěti překážkám. Tento text začíná praxí *asubha-bhávaná*, kultivace nehezkých objektů, jelikož chtíč pochází z přílišné pozornosti k líbivým objektům, kterých se člověk chce zmocnit, vlastnit je pro sebe. A aby této tendenci meditující zabránil, tak medituje nejen na líbivé objekty, ale na nelíbivé objekty. A jak už jsem se zmínil minule, odpor nebo hněv jak redukovat? Meditovat na lásku, což je ten nejkrásnější objekt, který bytosti v srdci mají. Neexistuje, aby láska a hněv existovaly společně v jedné mysli. Ovšem láska, která je spojená s chtíčem po dosažení, ovládnutí, taková láska lehce se stane zlostí. Ale přesto zlost a láska nemůžou existovat ve stejném okamžiku. Proto meditace na zlost je redukována meditací na lásku.

Meditace na světlo (*álóka-saňňá*[66]) **redukuje** stav letargie. Abychom se tradičně zbavili stavu letargie vědomí a těla, vědomí a tělesného vědomí, meditace na světlo - *álóka saňňá* zabraňuje letargii. Nejlepší světlo, které máme je světlo moudrosti. Jestliže světlo moudrosti není k dispozici, mysl klesá. A pak, jestliže světlo moudrosti není, pak meditujeme na slunce, světlo slunce, věnujeme se světlu slunce, věnujeme se světlu měsíce, světlu hvězd, světlu lampy atd., abychom zabránili klesání mysli. Abychom mysl povznesli. A klesání mysli též, podle učení *Visuddhimagga,* zabraňují ty *faktory probuzení*[67] spojené s moudrostí. Abychom zabránili klesání mysli praktikujeme *dharma pravičaja*, *dharma vičaja*, což je moudrost, jasné rozlišení, praktikujeme úsilí – *vírja*. A praktikujeme radost, protože stav letargie je to, co mysl připravuje o radost. A skutečná radost je spojená s procesem moudrosti. Čili jestliže mysl klesá, musíme ji povzbudit, musíme ji povznést. Jestliže je mysl rozrušena, musíme rozrušení ponechat. A jak ponecháme rozrušení? Koncentrací. A koncentrace je spojená s čím? Koncentrace je spojená s těmi faktory vědomí, které patří koncentraci a to je *upékšá*[68]. *Upékšá* znamená odpoutání se. A odpoutání se je spojené se stavem *prašrabdhi*. Stavem jasnosti a uvolnění. Jak už jsem se zmínil, tento stav jasnosti a uvolnění je spojen s lehkostí, s přímostí mysli, s jemností mysli a se schopností mysli pracovat účinně v jakékoli situaci. Jestliže tyto stavy jsou jasné, tak letargie se nemůže objevit. Jelikož tyto stavy pomíjejí, nastává letargie.

[66]álóka saňňá - ‚vnímání světla‘. V opakujících se kanonických pasážích se uvádí: „Zde mnich rozjímá o vnímání světla. Zaměří svou mysl na vnímání dne – jak ve dne, tak i v noci, a jak v noci, tak i ve dne. Tímto způsobem, s jasnou a nezkalenou myslí, rozvíjí stav mysli, jenž je plný jasu.“ Je to jeden ze způsobů, jak překonat ospalost a malátnost, který Buddha doporučil Moggallánovi (A. VII, 58). Podle D. 33 přispívá álóka-saňňá k rozvoji ‚poznání a zření‘ (visuddhi) a uvádí se, že je též nápomocné pro získání božského zraku. (Nyanatiloka Thera: Buddhistický slovník)

[67] bódždžhanga.

[68] upékšá (pálijsky upekkhá); vyrovnanost, jedna z nejdůležitějších buddhistických ctností. Upékšá označuje za 1. stav, v němž není radosti ani zármutku, který je na obou nezávislý; 2 ducha, jenž se nachází v rovnováze a je povznesen nad veškeré rozlišování; v buddhistických textech se upékšá vyskytuje většinou v druhém významu. Upékšá tvoří jeden ze sedmi článků osvícení (bódhjanga) a jednu ze čtyř brahmavihár. (Lexikon východní moudrosti)

4. Rozrušení a výčitky

A teď přicházíme k čtvrté překážce. Čtvrtá překážka se nazývá, stejně jako minule, máme vlastně dva mentální faktory. Předtím to byla letargie duševní a tělesná, teď máme *uddhačča-kukkučča*, anuddhatja-kaukrítja. Uddhačča-kukkučča překládáme jakožto vzrušení, uddhačča je od *udd, udd* znamená mysl jde nahoru, stoupá. Jestliže mysl je letargická, klesá. Teď mysl stoupá. Mysl stoupá je stav rozruchy, rozrušení. Mysl stoupá, protože je rozrušená. Jak už jsem se zmínil, stav chtíče a nevole je též stav rozrušení mysli. To je třeba si uvědomit. My se oddáváme chtíči a nevoli, protože mysl je rozrušená. Jestliže není, tak se těmto stavům neoddáváme.

A teď rozrušení a výčitky – *kaukrítja*, *kukkučča*, *ku* znamená špatný, udělal jsem něco špatného nebo jsem neudělal něco dobrého, co jsem měl udělat, a proto mám výčitky. A to je též, samozřejmě, nic jiného, než stav neklidu. Výčitky pochází též ze stavu neklidu. Jestliže máme chtíč, mysl se lepí na objekt. Podle *Abhidharmy* stav chtíče je jako když dáme kus syrového masa na rozpálené železo. Začne syčet. Zkušený meditátor chápe chtíč tímto způsobem. Nevole je srovnávána v *Abhidharmě* se stavem mysli, je srovnávána se stavem, kdy do krve se dostává jed a krev zčerná. Oba stavy jsou stavy rozrušení. Stav rozrušení v *Abhidharmě* se přirovnává jako když hodíme kámen na kupu prachu. Co se stane? Prach se rozplyne na všechny strany. To je stav rozrušení, neschopnost mysl koncentrovat.

Podle učení severního buddhismu, jestliže mysl klesá, jak zabráníme klesání mysli? Tím, že meditujeme na vlastnosti objektu. Což je vlastně vipassaná. Vipassaná *zabraňuje* klesání mysli. Vipassaná je rozlišení objektu. *Vipašjaná* znamená vidět objekty s rozlišením, vidět s rozlišením. *Pašjaná* je vidět, *vi* je rozlišit. Vidět, rozlišit, to je vipašjaná. A my praktikujeme *vipassanu*, abychom se zbavili tendence mysli *klesat*. A podle učení *Jógáčárabhúmišástra*[69] , v mahájánovém učení praktikujeme *šamathu*, abychom se zbavili stoupání mysli, abychom mysl uklidnili, ale mistrovství v šamathě je, když mysl přestane klesat. To je důležité pochopit. My praktikujeme *šamathu*, abychom se zbavili stavu rozrušení, ale mistrovství v šamathě je, když mysl přestane klesat. My praktikujeme *vipassanu*, abychom se zbavili klesání mysli, jelikož když jasně rozlišíme objekt, mysl nemůže klesat, ale mistrovství ve vipassaně je, jestliže mysl přestává být rozrušená. Čili, jestliže jsme dosáhli mistrovství v šamathě a ve vipassaně, zbavili jsme se tendence mysli klesat a být rozrušen. A tím pádem jsme se stali buddhou. Ať už buddhou žákem nebo buddhou pro sebe nebo plně probuzeným buddhou. Ti, kteří jsou

[69] Jógáčárabhúmišástra, (čínsky Jü-ťia-š'-ti-lun), doslova: „Pojednání o zemích jógáčáry"; základní dílo školy jógáčáry, jež podle tradice pochází od Asangy, kterému je prý vnukl budoucí buddha Maitréja. Podle nejnovějších výzkumů je lze připsat Maitréjanáthovi. Je to jedno z nejrozsáhlejších děl buddhistického písemnictví a představuje souhrn učení jógáčáry. Originál v sanskrtu se dochoval jen ve zlomcích, avšak máme úplné překlady v čínštině a tibetštině.
Dílo je psáno v próze s veršovanými vsuvkami a člení se na pět částí: 1.17 „zemí" (bhúmi), které za pomoci jógáčáry osvětlují pokrok na cestě k osvícení; zde je těžiště celé práce; 2. výklady k těmto „zemím"; 3. vysvětlení těch súter, o něž se opírá učení o jógáčárových zemích; 4. „oddíly", jež jsou obsaženy v oněch sútrách; 5. součásti buddhistického kánonu. Zkrácenou verzi tohoto díla tvoří Árjašásanaprakarana („Důkaz ušlechtilého učení"), jejímž autorem je rovněž Asanga a jež se dochovala ve dvou čínských překladech, z toho jeden od Paramárthy a druhý od Süan-canga. (Lexikon východní moudrosti)

buddhové nemají tuto tendenci klesání a rozrušení. Proto nemají místo na strach, depresi, nevoli, rozrušení. Všechny tyto stavy patří světské mysli, ne mysli probuzené.

Tedy to znamená, že v textu, jak už jsem se zmínil, stav neklidu je stav toho, čemu říká text mindfulness, mindfulness znamená (jak už jsem se zmínil) když hodíme kámen do kupy smetí, prach se rozpráší všude. Jestliže mysl je rozrušena, rozpráší se též všude a bude sledovat řetězy zbytečného myšlení. Jestliže mysl sleduje procesy zbytečného myšlení na základě chtíče nebo nevole, tomuto stavu se v buddhismu říká *prapañča*[70] (*papañča*). *Prapañča* znamená vlastně expanze mysli na základě stavu rozrušení. A stav rozrušení je na základě vlastně chtíče. Chtíče po objektech vnímání a počitcích, které objektivní vnímání přivozují. Jelikož mysl má tento stav je nedbalá – *pramáda* (pamáda). A podle textu právě nedbalost je základ pro stav rozrušení, jelikož meditátor je nedbalý, nedbalost je základ pro stav rozrušení. Jestliže meditující je nedbalý, bude rozrušen. A jelikož bude rozrušen, sleduje své chtíče a nevole. A sleduje své chtíče a nevole, protože ztratil objektivní náhled. Ztratil objektivní náhled, protože myslí pouze a jen na to, aby měl osobní požitek. Aby získal věci pro sebe. V *Dhammapada* je slavný verš …:

> My se staneme žákem Buddhy za předpokladu, že rozlišíme jasně, rozlišíme podle pravdy, že jiná je cesta pro osvobození od utrpení a jiná je cesta pro osobní zisk.

A stav rozrušení je vlastně též spojen s tímto procesem mysli upřené na osobní zisk.

A teď máme zase příklad. Tento stav rozrušení je srovnáván s vodou ve které vyvstávají vlny, která je rozrušená. A jelikož ty vlny v ní vyvstávají, tak vlastně přestáváme vidět dno. A jelikož nevidíme dno mysli, jak už jsme se zmínili, nejsme schopni správně rozlišit co je pro nás zdravé a nezdravé, co je pro nás výhodné a nevýhodné, abychom získali stabilní stav vědomí.

Teď text probírá, že letargie tělesná a duševní a rozrušení a výčitky jsou dva stavy, proč dva stavy se stávají jednou překážkou. Stávají se jednou překážkou, protože závislé jedna na druhé. Jakmile je stav výčitek, nemůže existovat bez rozrušení mysli; stav tělesné letargie též je napojen na stav duševní letargie, mají stejný základ.

A další otázka, jestliže někdo udělal něco, co je zlého a má výčitky kvůli tomu, je to též překážka. A na to odpovídá Kumáradžíva, že v případě, když medituje, myslí na ty špatné činy, že samozřejmě je to dobré, ale ve stavu meditace to vede k starostem a nejasnosti vědomí. A v tom stavu nemůže samozřejmě dosáhnout splynutí s objektem pozornosti.

5. Pochybnost

A teď poslední překážka se nazývá pochybnost – *vičikitsá* (*vičikiččhá*). V *Abhidharmě* je diskuze též o tom, jestli každý druh pochybnosti je překážka nebo jen jistý druh pochybností je překážka. Ti, kteří studovali zen vědí, že vlastně pochybnost je jistý základ správné zenové

[70] prapañča, papañča: sféra subjektivního světa a jeho projevy v souvislosti se šesti smyslovými oblastmi, tedy zásadní překážka na cestě k procitnutí. (V. Miltner – Malá encyklopedie buddhismu)

praxe. A též v písmu je diskuze o tom, jestli těch pět překážek jestli vedou k nižším stavům existence, nebo některé vedou, některé nevedou. Někteří tvrdí, že pochybnost není dost silný stav mysli, aby mohla vést taková mysl k nízkým stavům existence. Tento text tvrdí, že může vést k nízkým stavům existence. Na každý pád v buddhismu, negativní pro buddhistu, ne pro nebuddhistu, pro buddhistu negativní pochybnost je vůči tomu, čemu se říká osm základů špatné pochybnosti. Jestliže mysl má osm základů špatné pochybnosti – *attha saddheja vatthu*. *Saddheja vatthu* znamená základy správného přesvědčení. Jestliže meditující má pochybnost o těchto osmi základech správného přesvědčení (*saddheja vatthu*), pak je to pouze a jen negativní pochybnost v případě, že buddhista přijímá Buddhovo učení.

A jakých je těch osm základů negativní pochybnosti? Samozřejmě první tři, jestliže jsme buddhisti bereme útočiště v Buddhu, dharmu a sanghu. Pak máme víru v pět minulých agregátů [71], jakožto příčiny současných agregátů a jakožto současné agregáty, pokud nedosáhneme stav osvobození, tak **příčiny** budoucích agregátů. Čili tři další základy správného přesvědčení, přítomnost je podmíněna naší minulostí a budoucnost je podmíněná tím, jaký vztah máme k přítomnosti. A dále závislé vznikání, jestliže jsme buddhisti, věříme v závislé vznikání, vše, co se ve světě vyjevuje, uvnitř a venku je na základě příčin a důvodů. A příčiny a důvody vedou k důsledkům. A pak to, čemu se říká ty věci, které Buddha učil, jakožto faktory uvědomění, které vedou ke skoncování s utrpením, se světským utrpením.

A stav pochybnosti je srovnán zase s vodou, ve které se vytvářejí víry. Jestliže ve vodě jsou víry, nemůžeme vidět na dno. A jestliže nevidíme na dno, nemůžeme správně usoudit, co je pro nás

---

[71] skandha, (pálijsky: khandha, čínsky wu- jün), dosl. „skupina, soubor"; označení pěti skupin, jež vytvářejí všechno, co se běžně pokládá za „osobnost": 1. tělesnost (rúpa); 2. pociťování (védaná); 3. vnímání (sandžňá, saňňá); 4. psychické tvořivé síly, složky (sanskára); 5. vědomí viňňána). Tyto skupiny jsou často označovány též jako „soubory lpění“ (upádána-skandha), protože s výjimkou arhatů a buddhů se na ně váže touha, takže vytvářejí předměty lpění a způsobují strast.
K příznakům skandh patří zrození, stáří a smrt, trvání, změna. Jsou považovány za bezpodstatné (anátman), nestálé (anitja), prázdné (šúnjatá) a strastné (duhkha).
Skupina tělesnosti nebo hmoty se skládá ze čtyř prvků, pevného, tekutého, hřejícího a pohyblivého, ze smyslových orgánů a jejich předmětů apod. Skupina pociťování sestává ze všech pocitů, lhostejno zda strastných, příjemných či neutrálních. Vnímání zahrnuje vjemy tvaru, zvuku, vůně, chuti, tělesných dojmů a myšlenkových předmětů. Skupina psychických tvořivých sil (překládaných rovněž jako „duševní formace" nebo „duševní hnutí") obsahuje množství psychických činností, jako jsou projevy vůle, pozornost, soudnost, radost, štěstí, vyrovnanost, rozhodnost, ráznost, činorodost, soustředění atd. Skupina vědomí zahrnuje šest druhů vědomí (uvědomování si prostřednictvím zraku, sluchu, čichu, chuti, těla a ducha), z nichž každé povstává z doteku předmětu s odpovídajícím orgánem.
Strastnost a pomíjivost pěti skandh tvoří ústřední námět buddhistické literatury. Strastnost bývá odůvodňována nestálostí a pomíjivostí; z nestálosti osobnosti vytvořené ze skandh odvozuje buddhismus neexistenci já (anátman): to, co je pomíjivé a tudíž strastné, nemůže tvořit já, jež podle indických představ zahrnuje nepomíjivost a oproštěnost od strasti. Poznání „nepodstatnosti" skandh zároveň obsahuje vhled vedoucí k vysvobození. Nyánatiloka vysvětluje, jaké následky má tento vhled pro představu o existenci já:
»Naše tak zvané individuální já ve skutečnosti není ničím jiným, než pouhou souhrou těchto tělesných a duševních fenoménů, procesem, který probíhá od nepaměti před naším narozením a rovněž po naší smrti bude po nepředstavitelně dlouhý čas pokračovat. Tyto skupiny bytí ale tvoří, ať už jednotlivě, či dohromady, každou do sebe uzavřenou skutečnou osobnost a mimo ně neexistuje nic, co bychom mohli označit jako nezávisle jsoucí já, takže víra v jakoukoli v nejvyšším slova smyslu skutečnou osobnost je čirou iluzí.« (Lexikon východní moudrosti)

příznivé, co je pro nás nepříznivé. Co je pro nás zdravé, co je pro nás nezdravé. Co vede k skutečnému štěstí a co nás o toto skutečné štěstí připravuje.

A teď ještě, než skončíme je možná třeba ukázat, že těchto pět překážek tradičně v *théravádě* je odstraněno pěti příčinami *dhjány*, kterým se říká *džhánanga*. To je v théravádovém učení, v théravádové Abhidhammě:

Smyslový chtíč je opak ékaggatá – jednobodovosti vědomí.

Odpor nebo nevole nebo zlost je opak radosti. Radost je *saumanasja*[72], zlost je daurmasjan. Špatný stav mysli oproti dobrému stavu mysli. Jestliže máme radost, nemůžeme mít zlobu. Jestliže máme zlobu, nemůžeme mít radost.

Thína-middha, tedy letargie je opak *vitarka* (vitakka). *Vitarka* znamená, od sanskrtského kořene *úh*, znamená vlastně uvažování, kontemplace objektu. Jestliže kontemplujeme o objektu, rozlišujeme jasně objekt – v *Abhidharmě vitarka* je stav rozlišení a vůle. Jestliže máme vůli jasně rozlišujeme objekt, nemůže nastat stav letargie.

Ale rozrušení a výčitky je opak štěstí. Jestliže máme štěstí, nemáme výčitky, nemáme rozrušení. Zde štěstí – sukha, znamená hlavně hluboký vjem duševního příjemného objektu.

A pochybnost je opak *vičára*. *Vičára* znamená, že naše mysl má schopnost zůstat u objektu pozornosti, zatímco *vitarka* je hrubý stav rozlišení a vůle, *vičára* je jemný stav rozlišení a vůle. Tento jemný stav rozlišení a vůle pak dává mysli schopnost zůstat u objektu. Neopustit blízkost objektu, který je objektem naší pozornosti.

Čas jsme naplnili, příští neděli se budeme věnovat té části, která pojednává o první dhjáně. A pokusíme se to vysvětlit trochu více detailně. Protože dostat se do první *dhjány* je dlouhý proces, jestliže získáme první dhjánu, pak ty ostatní *dhjány* už není tak těžké. Ovšem na naší úrovni získat mistrovství *dhjány* je něco jiného. Ale získat zkušenost *dhjány*, jestliže získáme zkušenost *dhjány*, doprovází nás celý život. Stejně tak, jestliže získáme zkušenost probuzeného vědomí, doprovází nás celý život. To je výhoda praxe *dhjány* a praxe vipašjány, jestliže získáme opravdu hlubokou zkušenost, nemůže zmizet z vědomí. Protože zanechá ve vědomí tak hluboký dojem, je to silná karma, která z vědomí nezmizí.

Tak jako vipassaná a šamatha je silná karma, která z vědomí nezmizí, stejně tak i na negativní straně, jestliže někoho zabijeme atd., jestliže uděláme hlubokou negativní činnost, též si ji budeme pamatovat až do konce života. A bude nás doprovázet i do příštích životů.

A tím pádem skončíme pro dnešek a příště se budeme věnovat rozboru první *dhjány* a jak v severní tradici učení *dhjány* se spojuje s vipassanou.

---

[72] saumanasja označuje „pocit uspokojení“ a představuje jednu z dvaceti dvou schopností (indrija), podle 38. kapitoly Maháprajňápáramitášástra z 2. století . Slovo indrija , odvozené od kořene id nebo ind, je synonymem velké moci, kontroly.

Dáme prostor pro otázky, jestli nějaké jsou…

> Otázka: Bhante, můžete vysvětlit, co myslíte pojmem počitek? Jedná se o překlad pálijského termínu phassa, který se většinou překládá jako dotek?

Dotek znamená stejně v sanskrtu stejně v páli - *védaná*. Védaná je od sanskrtského kořene *vid*, to znamená vlastně poznat. My poznáme něco tím, že se té věci dotkneme. Jestliže není dotyk, pak není žádný počitek. A jestliže se něčeho dotkneme, pak to vnímáme buď jako příjemné nebo nepříjemné. Čili příjemný počitek tělesný a duševní nebo nepříjemný počitek tělesný nebo duševní nebo neutrální počitek, to všechno jsou počitky. Někdy překládáme počitek jakožto pocit, ale přesnější překlad je počitek. Protože můžeme říci třeba: mám pocit, že zítra nepřijde, ale to není védaná. Ale je to pocit. Ale počitek znamená jenom, že na základě dotyku rozlišujeme mezi příjemným a nepříjemným. To je počitek. A nebo neutrálním. Takže je to počitek, neexistuje mysl bez počitku. A podle buddhismu vlastně poznání počitku je to *nejdůležitější* k získání moudrosti. Jelikož nechápeme počitek, nechápeme světskou mysl, která rozlišuje na základě počitku. A jelikož rozlišujeme na základě počitku, jsme vázáni na počitek. Jelikož jsme vázáni na počitky, nacházíme se v samsárickém světě.

> Otázka: Bhante, můžete objasnit, jaká je souvislost, případně rozdíl mezi dominováním či ovládnutím mentálních objektů a dominováním či ovládnutím mentálních faktorů?

Aby mysl vyvstala, potřebuje objekt. Mysl nevyvstane, jestliže není objekt. A aby mysl vyvstala, nejenom musí být objekt, ale musí být pozornost vůči objektu. Jestliže je objekt a pozornost vůči objektu, vyvstane kognitivní proces. A tento kognitivní proces, jeho obsah závisí na mentálních faktorech, které tento kognitivní proces určují. Počitek, vnímání, vůle, atd. To jsou mentální faktory, které tvoří obsah mysli. Bez těchto faktorů mysl nemůže nastat. A účel mysli je rozlišení. A rozlišení podle buddhismu je hlavně na základě mentálních faktorů, a z těchto mentálních faktorů ten nejdůležitější faktor, který shrnuje ostatní dohromady (podle *Abhidharmy*) je právě počitek. Čili my rozlišujeme ve světské mysli na základě počitku. Se nám to líbí nebo nelíbí, na základě toho, jestli se nám to líbí nebo nelíbí, to chceme, nebo nechceme. A jelikož to chceme nebo nechceme, tak jsme vázáni na řetězce dalšího myšlení. A tím myšlení expanduje a tento proces expanze myšlení se nazývá *prapañča*, jak jsme se zmínili. A prapañča je neoddělitelná od vzrušení mysli. Je to jasnější? Vidíme to stejně?

Tak žádné otázky? … A příště se začneme věnovat dhjáně, jak použít dhjánu k vipassaně atd. Výklad by měl být čím dál tím zajímavější.

Praxe první dhjány

Kumárádžíva

Pokud praktikující takto rozjímal a odstranil pět překážek a zároveň shromáždil všechny zdravé dharmy, bude schopen hluboce vstoupit do jednobodového soustředění. Poté opustí potíže (trápení) z říše přání a vstoupí do[73] prvního[74] pohroužení. Jak je popsáno v buddhistických písmech, meditující po opuštění smyslových tužeb a zlých, neprospěšných dharm vstoupí do první dhjány, které je doprovázeno *působícím a udržovaným myšlením*, vytržením[75] a potěšením[76] zrozeným z odloučení[77].

Otázka: Jaké vlastnosti jsou spojeny s dosažením první dhjány?

Odpověď: Když meditující zastavil a odstranil pět druhů tužeb [vůči pěti druhům smyslových objektů] prostřednictvím praxe správné bdělosti, pocity jeho těla a mysli se stanou příjemnými, měkkými a poddajnými a jeho tělo bude vyzařovat světlo ještě před stupněm dosažení. Po dosažení prvního pohroužení tyto vlastnosti ještě více převládnou. Jelikož čtyři prvky ve sféře formy[78] prostupují celým tělem a s jednobodovostí je spojena měkkost, lehkost a poddajnost, meditující zakouší vytržení[79] díky tomu, že opustil všechny zlé a nezdravé dharmy. Praktikující uvidí světlo uvnitř i vně svého těla, protože[80] hmota pocházející ze čtyř prvků ve sféře formy má vlastnosti vyzařování světla. Mysl praktikujícího se změní: předměty, které v něm dříve vyvolávaly nelibost, ho již nebudou dráždit a ty, které v něm vyvolávaly radost, ho nebudou těšit. Osm[81] světských dharem (větrů) již nebude schopno pohnout jeho myslí. Jeho víra, úcta (k třem drahokamům) a stud budou silnější. Jeho mysl nebude připoutána k oblečení, jídlu, nápoji a podobným záležitostem. Bude mít vysokou úctu ke všem ctnostem a jiného si nebude všímat. Jeho mysl nebude připoutána ani k pěti nebeským rozkoším. Není třeba mluvit o pěti předmětech nečistých světských tužeb (v říši tužeb). To jsou vlastnosti toho, kdo dosáhl prvního pohroužení.

---

[73] Vymazat!!!
[74] Dhjána 初禪定
[75] Príti 喜
[76] Sukha 樂
[77] Vivékadža 離生 . Using M.N. Překlad Bhikkhu Ñānamoḷi a Bhikkhu Bodhi, 641.
[78] Rupadhátu 色界
[79] 快樂 . Porovnej 大智度論 .Taisho 25, 75. kapitola.
[80] Bhautikarupa 造色
[81] Astalaukikadharma; lábha, jašas, prašamsá, sukha; zisk, sláva, chvála, potěšení a jejich protiklady.

Navíc mysl v prvním pohroužení zažívá velké nadšení, jako když chudák náhle najde vzácný poklad. Když v srdci prožívá velkou radost, začne přemýšlet o tom, jak pomocí píle a askeze podpořit praxi první dhjány ve třech hodinách nočního rozjímání:

Nyní jsem dosáhl nádherného štěstí - pravého výsledku cesty, (takže mé úsilí) není marné. Vnímající bytosti jsou však zmatené a tvrdohlavé ve své zmatenosti. Jsou ponořeny do pěti nečistých tužeb, které nemohou vést ke štěstí; je třeba je vskutku zatratit.

Štěstí prvního pohroužení prostupuje celým tělem uvnitř i navenek, podobně jako voda zvlhčuje vyschlou půdu uvnitř i navenek[82]. Zážitek štěstí v říši tužeb nemůže prostoupit celým tělem, protože smyslné (smyslové) touhy a odpor spalují tělo jako oheň. Vstoupit do prvního pohroužení je jako vstoupit do chladného rybníka, kde všechny palčivé potíže uhasnou. Tak jako se palčivé vjemy okamžitě odstraní vstupem do chladného rybníka, tak i první dhjány se okamžitě dosáhne (nepřetržitým) následováním zvolené meditační praxe.

Nebo (k dosažení prvního pohroužení) lze použít jiné meditační předměty, jako je samádhi rozjímání o buddhech, rozjímání o nečistotě, meditace o přátelskosti atd. Proč? Je tomu tak proto, že touto praxí (dhjánou na různé meditační objekty) se prohloubí meditační schopnost rozjímání za účelem dosažení pohroužení, a tím se jeho vhled stane jasnějším[83].

Bhante Dhammadípa

(5. část)

Naučili jsme se vlastně tu první část tohoto traktátu Kumáradžívy, který se jmenuje Krátké vysvětlení metod *dhjány*. Vysvětlili jsme vlastně přípravu k dhjáně a odstranění překážek k dhjáně. A teď se dostáváme k dhjáně samotné a samozřejmě začíná vždy první *dhjánou*.

Ovšem než se dostaneme do první *dhjány*, musíme projít tzv. přípravnou *dhjánou*, upačára *dhjána*. Rozdíl je, že v upačára *dhjána* pět *dhjána anga*, tzn. pět složek *dhjány* nebo dá se to přeložit též *anga* jako příčin *dhjány*, ještě nemají pevnost. Ve stavu *dhjány* pět příčin nebo pět složek první *dhjány* se upevní tak, že vlastně mysl má možnost plně splynout s objektem. Z hlediska théravádového buddhismu, z teorie théravádového buddhismu pak už nepadá v tomto stavu do *bhavangy*[84] - do základního vědomí.

Jestliže mysl padne do základního vědomí, pak objekt se ztrácí. Stav *dhjány* je jaký stav? Je stav, kdy mysl splyne s objektem a objekt zůstává jasný. Tzn. tím, že je objekt jasný a objekt *dhjány* je mentální objekt, právě proto vědomí zůstává jasné během *dhjány*. *Dhjána* se

[82] Srovnej se standardními přirovnáními podle M.N. 39.15.

[83] Tady si 思 znamená si wei 思惟, což znamená upanidhjána, synonymum dhjána v Abhidharmě. Viz např. Taisho1851, Da Cheng Yi Zhang 大承義章 , svitek 13. Viz také Milindapaňhovo přirovnání, že různé meditační objekty jsou jako mnoho slunečních paprsků.

[84] *Bhavanga sóta – více viz Slovník*

vysvětluje jako upadhi *dhjána*. A též se vysvětluje jako *subhačitta*[85] *ékaggatá*[86]. Tzn. jednobodovost *kusala*[87] – mysli. Mysli to je zdravá mysl, příhodná mysl, mysl bez zašpinění, čistá mysl. Tato čistá, nezašpiněná mysl, zdravá mysl je jednobodová. Jednobodová znamená, že může plně se věnovat objektu pozornosti. Neustupuje od objektu pozornosti. *Dhjána* se též vysvětluje jako upadhi *dhjána*. O tom jsem se už též zmínil naposled. Upadhi *dhjána* se dá přeložit, a mnoho překladatelů to též překládá jako skutečné poznání. To je důležitost *dhjány*.

Dhjána je brána ke skutečnému poznání. Proto v *Abhidharmakóša* se *dhjána* popisuje jako *sarvaguna ášraja* – je základ všech ctností. Ctnosti mají pevný základ, jestliže jsou na základě *dhjány*. A *dhjána* jako *upadhi dhjána*, prefix *upa* v sanskrtu má dva významy (několik významů, ale dva jsou nejdůležitější) – zblízka, *upa* znamená blízko a *upa* též znamená negace. Tím, že myslíme zblízka, vlastně nemyslíme. 😊 To je důležité pochopit, v tom je mnoho nedorozumění a mnoho nepochopení. *Dhi* je emfatický prefix. Čili my myslíme zblízka, emfaticky a vlastně nemyslíme. To je důležité obzvlášť pro nás, z jiného kulturního kruhu, my si představuje meditovat, když meditujeme si představujeme, že myslíme konceptuálně. Myslíme slovy, rozjímáme nad významem slov. Ale v dhjáně vlastně nepotřebujeme slova, abychom mysleli. Je to myšlení beze slov. A právě, že je to myšlení beze slov, mysl může s objektem splynout. To je důležité pochopit.

Jestliže myslíme slovy, pak mysl s objektem nesplyne v jeden celek. Slova můžou objekt přiblížit, ale pokud používáme slova, s objektem nesplyneme. No a když s objektem splyneme, též myslíme, protože myšlení znamená doslova… v *Abhidharmě* vysvětlujeme mysl jako něco, co myslí o objektu. A tím, že jsme spojeni s objektem, no tak myslíme. Nepotřebujeme na to nutně slova, abychom mysleli. Čili *dhjána* je z kořene *dhjá*, což znamená vlastně myslet. Ale my myslíme zblízka a emfaticky, tím získáváme skutečné poznání o objektu naší pozornosti. A tím, že máme skutečné poznání o objektu naší pozornosti, můžeme s objektem splynout.

Naposled jsem se zmínil, jak šamatha, což je meditace utišení, také vipašjaná, což je meditace správného rozlišení, ve stavu hlubokého pochopení je vlastně též jisté splynutí s objektem. Nepotřebujeme slova, ale přímo vidíme věci tak, jak jsou. Jestliže se jedná o *šamathu*, objekt *šamathy* jsou většinou konceptuální fenomény. Objekt *vipassany* je skutečnost tak, jak je. Skutečnost tak, jak je, jak světská skutečnost, tak i to, co se dá nazvat nadsvětská skutečnost. Ale nadsvětská skutečnost, to je jistý paradox, protože nadsvětská skutečnost stejně zůstává skutečností ve světě, protože vše, co poznáváme ve světě je též pět agregátů… Nic jiného nemáme k poznání. Ale poznáváme je tak, jak skutečně jsou. Jestliže je poznáme tak, jak skutečně jsou, pak na nich nebudeme lpět. My na nich lpíme, protože je nepoznáváme tak, jak skutečně jsou.

Proto potřebujeme *samádhi*, abychom poznali věci tak, jak skutečně jsou. A *samádhi* doslova znamená správná aplikace mysli na objekt. *Adána* znamená položení, *sam* znamená správný a

---

[85] subha-čitta: vědomí krásy či čistoty v tom, co ve skutečnosti krásné či čisté není.
[86] jednobodovost
[87] kusala: prospěšný.

též rovnoměrný. Čili my jsme ve stavu *samádhi*, jestliže máme schopnost rovnoměrně položit mysl na objekt. Ať už je to objekt světské skutečnosti nebo objekt první pravdy, nejvyšší pravdy, který se nedá uchytit. Ale i objekt nejvyšší pravdy nemůže přeskočit pět agregátů existence, protože je vlastně všechno to, co máme. Ale přesto může **transcendovat** to, co máme. Transcendace toho, co máme se nazývá pak vysvobození. A to je ta nejvyšší pravda.

To je stejné ve všech buddhistických konceptech. Protože transcendujeme to, co máme. Získáváme transcendentální moudrost. A transcendentální moudrost je též, skutečná transcendentální moudrost je též stav *samádhi*. Bez stavu *samádhi* nemůžeme mít transcendentální moudrost.

Čili džhána je správné poznání, skutečné poznání jak ve světě, tak toho, co transcenduje svět. V mahájánovém buddhismu se mluví o světské moudrosti, nadsvětské moudrosti a nadsvětské, nadsvětské moudrosti. Nadsvětská, nadsvětská modrost je ta moudrost, která přímo vidí jedinou skutečnost. A tato skutečnost se nazývá takovost.

A teď vlastně tradiční výcvik k tomu, abychom takovost poznali, je výcvik ve dhjánách, které mají světský objekt. Světský objekt je ten objekt, na který můžeme mysl pověsit. Jelikož na ni mysl pověsíme, můžeme s tímto objektem splynout. Na tu nejvyšší skutečnost, ať už ji nazveme nirvánou nebo takovostí, je ta skutečnost, na kterou právě mysl pověsit nemůžeme, protože je prázdná ve své vlastní podstatě. To, co není prázdné ve své vlastní podstatě, co má podstatu z hlediska světské skutečnosti, na to mysl pověsit můžeme, to mysl může pochopit a může vysvětlit.

A tradiční výcvik k tomu, aby mysl pochopila to, co je nad možnost pochopení světským poznáním, to je právě výcvik v dhjánách. Ágama neboli rozpravy Buddhy učí, že ten, kdo se chce dostat na druhou stranu, potřebuje se naučit plavat. Jestliže chceme z jedné strany řeky, obzvláště velké řeky, z jedné strany Dunaje na druhou stranu, chceme přeplavat do Rakouska, potřebujeme se naučit dobře plavat. No a to plavání právě Buddha přirovnává k dhjáně.

Jelikož máme dhjánu, můžeme přímo poznat objekt poznání a tím pádem, když přímo poznáme objekt poznání, tím pádem můžeme se od objektu poznání odpojit. Jestliže jsme nepřímo poznali objekt poznání, my se od objektu poznání odpojit nemůžeme. A my se dostane do *dhjány* jedině, jestliže máme schopnost se odpojit od objektu *dhjány*. To je důležité pochopit.

Každá *dhjána*, ať už ta nejvyšší, ta nejnižší, má *sanskára upékšá*, co se dá nazvat ekvilibrium[88] formací vůle. Naše vnímání, naše pocity, naše vůle atd., všechno toto se nazývá formace vůle, jelikož podle buddhismu veškeré objekty, veškeré dharmy vychází z přání. Vychází z vůle, přání je vůle. Jestliže nemáme přání, nemáme vůli, no tak mysl k objektu nepůjde. Mysl jde k objektu, protože my chceme ten objekt uchopit. Chceme ten objekt rozlišit. Právě proto

[88] rovnováha, vyrovnanost.

podstata vědomí, podstata mysli je rozlišení. Bez rozlišení mysl nemůže vyvstat. A jakmile něco rozlišujeme, musí se mysl k tomu objektu dostat.

No a mysl se právě k tomu objektu dostane na základě toho čemu se v buddhismu a v józe říká *vitarka* a *vičára*. Čili výcvik v dhjáně, to je důležité pochopit, je vlastně výcvik k pevnému uchopení síly mysli – v *Abhidharma* vysvětlujeme *vitarka*, *vičára* jakožto hrubou a jemnou sílu mysli, která táhne mysl k objektu a udržuje mysl u objektu. Hrubá síla táhne mysl k objektu, jemná síla udržuje mysl u objektu. Jestliže jsme schopni vědomě, důsledně táhnout a udržovat mysl u jednoho objektu, důležité je obzvláště zdůraznit u **příhodného** objektu, jestliže objekt není příhodný, mysl nemůžeme táhnout a nechávat u stejného objektu. Objekt musí být příhodný, abychom tu mysl mohli u toho objektu ponechat. To je důležité pochopit. Proto ne každý objekt je příhodný ke kultivaci *dhjány* a k procesu splynutí mysli s objektem. Musí to být speciální objekt, který se k tomu hodí. Ať máme jakoukoli silnou mysl, když meditujeme na zlobu atd., a tak mysl u toho objektu nezůstane. Protože ten objekt se s myslí nemůže spojit na dlouhou dobu. Jen příhodný objekt, ten objekt, u kterého se mysl bez velkého násilí může usadit, ten objekt je příhodný v dhjáně.

No a díky právě výcviku ve *vitarka* a ve *vičára*, ty *dhjána anga*, ty důvody k dhjáně zesilují, když úplně zesílí, tak aby nedopustily jiné zkoumání objektu, zkoumání jiných objektů a udržování mysli u jiných objektů, pak mysl může s objektem splynout. Proto *vitarka* - od sanskrtského kořene *uh, uh* znamená vlastně kontemplovat, uvažovat, české uvažovat je možná ze stejného kořene uh, jako *vitarka*. My *uvažujeme* o objektu, proto *hledáme* objekt. Abychom o objektu uvažovali, hledáme ho. A jestliže objekt je jasnější, pak *vičára* může udržovat mysl u toho stejného objektu. A tím vlastně může tím objektem proniknout. Aby se mysl dostala k objektu, potřebuje vůli jak už jsme řekli, ale jestliže ještě není pevně spojená s tím objektem, tak potřebuje též *vitarku*. Potřebuje hledání objektu.

V *Abhidharmě* tedy *vitarka* a vůle jsou jako dvě vesla, které táhnou loď mysli k objektu. A pozornost je jako kormidlo, které udržuje mysli u stejného objektu a nedovolí, aby se od objektu odklonila. Jestliže tento proces má kontinuitu, ty důvody *dhjána anga*, kromě *vitarka*, *vičára* též *príti*[89], což znamená radost, radování se z objektu. V théravádové tradici radování se z objektu se vlastně zařazuje do *sanskára skandha*, do agregátů formací vůle. V severním buddhismu se vysvětluje radost jakožto *saumanasja*, příjemný mentální pocit. Radovat se z něčeho, je též příjemný mentální pocit, ale je to též vlastně formace vůle, protože my ještě s tímto objektem, my sice objekt vnímáme, ale nesplynuli jsme s ním. Proto radost má v sobě jistý neklid. Splynutí s objektem tento neklid plně odstraňuje. V *Abhidharmakóša* v severním buddhismu radost se vysvětluje jako saumanasja, jako příjemný mentální pocit, příjemný mentální dotyk a v první a v druhé dhjáně se *sukha*, neboli štěstí vysvětluje jakožto *prašrabdhi*, to je jasnost a uvolnění. Abychom měli jasnost a uvolnění, musíme mít jasný *tělesný* dotyk. Ale zde tělesný dotyk, jelikož v dhjáně tělesný dotyk, to je dotyk pěti smyslů jde do pozadí, mentální dotyk jde do popředí, čili ve stavu *dhjány* můžeme ignorovat dotyk pěti smyslů a mysl

[89] príti (pal. piti): radost.

může splynout plně s mentálním dotykem, proto tento mentální dotyk vede ke slasti. Pokud mysl nesplyne s mentálním dotykem, no tak žádnou hlubokou slast nepociťujeme. A tento pocit slasti, splynutí se nazývá *prašrabdhi*. Což já překládám jakožto jasnost a uvolnění.

A v théravádovém buddhismu se překládá jakožto *mentální* štěstí. Mentální štěstí, ale je důležité tedy tělesné štěstí je štěstí *čétasika*, jak *Vibhanga*[90] učí, *čétasika sukha* tzn. štěstí faktorů vědomí. Nejdůležitější faktor vědomí je počitek. Čili plné štěstí počitku. Plné štěstí počitku je blaho.

Náš tělesný pocit je určen čím? Je určen mentálními faktory, které tvoří obsah vědomí. Bez mentálních faktorů vědomí žádný obsah nemá. To je důležité si uvědomit. To, co my cítíme, to, co my vnímáme, to jsou mentální faktory, které tvoří vědomí. Jestliže tyto mentální faktory plně splynou s objektem, cítíme blaho. A toto blaho se nazývá *sukha*. A toto blaho je též *prašrabdhi.* Je to uvolnění a jasnost. Normálně se *prašrabdhi* překládá jako *kammaňňata*, *karmanjata*. Což znamená *pliancy*[91]*.* Ve stavu *dhjány* právě tento pocit flexibility na základě rovnováhy mentálních faktorů je spojován s lehkostí, *lahutá*[92], je spojován s rovností – *udžukatá*[93] (rovnost je utišení), je spojována s mudutá[94], což znamená jemnost a je spojovaná též s *nipunatá*, což znamená vlastně jisté povznešení nad objektem, mistrovství vůči objektu. Protože každá *dhjána* má rovnováhu mentálních faktorů. My se nemůžeme dostat do *dhjány*, jestliže nemáme rovnováhu mentálních faktorů. A tato rovnováha mentálních faktorů je založena na síle uvědomělé pozornosti – *smrti*[95] a *sampradžána*[96]. Sampradžána znamená vlastně moudrost sampradžána je synonymum moudrosti. A doslova to znamená schopnost dávat věci dohromady na základě moudrosti, uvědomění. Čili ve stavu *dhjány* mysl splyne s objektem, protože v ní síla uvědomělé pozornosti, smrti a síla uvědomění dozrála. Právě proto může přijít ke správnému poznání, dokonalému poznání.

A to je, co vlastně tady text vysvětluje. Abychom se dostali do stavu *dhjány* musíme odstranit pět překážek, kterým jsme věnovali dvě minulé přednášky. A odstraňování pěti překážek je též proces posilování pěti příčin *dhjány*. O tom jsme už mluvili. Nejdůležitější překážka je první překážka, právě proto text začíná meditací na *asubha*, na ty nelíbivé objekty, abychom chtíč vůči objektům překonali.

Čili stav *dhjány* je překonání chtíče na základě čeho? Na základě jednobodovosti vědomí, na základě *samádhi*. *Samádhi*, jak už jsme hovořili není žádná extáze, jak dříve překladatelé

---

[90] Vibhanga – Oddíly, část 3.2 Abhidhammapitaky.

[91] anglicky – pružnost, poddajnost, přizpůsobivost.

[92] lahutá: ‚lehkost‘ či ‚čilost‘ může být trojího druhu: tělesná lehkost (rúpassa lahutá), lehkost mentálních faktorů (kája-lahutá) a lehkost mysli (čitta-lahutá).

[93] udžukatá: ‚přímost‘ mentálních faktorů a mysli (kája-udžukatá, čitta-udžukatá), je spojena se všemi vznešenými stavy vědomí.

[94] mudutá: ‚pružnost‘ (jemnost), tj. pružnost těla (rúpa-mudutá), pružnost mentálních faktorů (kája-mudutá) a pružnost mysli (čitta-mudutá).

[95] smrti nebo sati: Bdělá pozornost. Více viz Slovník

[96] sampradžána nebo upasthána (upatthána): čtyři zásady introspektivního sebeuvědomování (smrti, sati).“ Více viz Slovník

překládali. *samádhi* je správné položení vědomí na objekt. Ale pozor! Teď je důležité pochopit jak severním buddhismu, tak i v jižním buddhismu, jak v sarvástivádě, tak i v *théravádě* – *samádhi* je základní faktor přítomný ve všech stavech vědomí. Ne v jógáčáře, protože *álaja*[97] žádné *samádhi* nepotřebuje, ale v severním a v jižním buddhismu musí mysl mít *samádhi*, aby pokračovala. A *samádhi* znamená též stav, síla vědomí, která drží ostatní faktory vědomí pohromadě. Jestliže mysl tuto sílu nemá, no tak se rozplyne. Jestliže ji má, tak pak vnímání, vůle, pocit, počitek atd., hledání objektu, přání objektu atd. můžou zůstat pohromadě. Tím pádem můžeme objekt prozkoumávat. Jestliže ale mysl tuto sílu nemá, ať už je příhodná mysl nebo nepříhodná mysl, tak pak nemůže pokračovat. Čili *samádhi* vlastně existuje v každém stavu myšlení. Ale ve stavu *dhjány* tato mysl, tato schopnost mysli plně dozrála. A právě proto mysl *může* s objektem splynout. Jestliže mysl s objektem splyne, *automaticky* odstraní chtíč. Jinak, jestliže má chtíč, no tak s objektem nesplyne. Právě proto, z hlediska buddhismu *každá* vyvinutá mysl, a *dhjána* je vyvinutá mysl, má *sanskára upékšá*, má odpojení se od faktorů vůle. My používáme faktory vůle, ale máme od nich odpojení. Proto můžeme praktikovat *šamathu* a vipašjanu. Jestliže nemáme tento stav odpojení od faktorů vědomí, které nám umožní objekt rozlišit a s objektem splynout, no pak nedosahujeme žádných hlubších, zdravých stavů vědomí. Jestliže chceme rozumět józe, chceme rozumět buddhismu, je důležité toto pochopit.

Čili *dhjána*, jak buddhismus tvrdí, jóga tvrdí, je stav vědomí, který se nedá popsat slovy, právě díky tomuto meditující na objekt myslí, ale jelikož má jednobodovost mysli, tak na objekt myslí, ale bez chtíče, protože je odpojen a v rovnováze. Čili jednobodovost vědomí odstraňuje chtíč a jednobodovost vědomí je jednobodovost mentálního vědomí, protože mentální vědomí je základ pěti smyslů. Jestliže nemáme mentální vědomí, pět smyslů nemůže pracovat. Ale jestliže objekt splyne s mentálním objektem a objekt jak *dhjány*, tak i *vipassany*, může být jedině mentální objekt, protože jedině u mentálního objektu mysl může zůstat dlouhou dobu. No a jestliže u něj zůstane dlouhou dobu a pochopí ho, pronikne jím, no tak s ním může buď splynout, a když s ním splyne, tak to může rozlišit tak, jak je. Tomu se říká *ňána dassana*[98], vidění podle ňána, podle moudrosti, podle skutečného poznání. *Ňána* zde znamená skutečné poznání.

Čili jednobodovost vědomí *automaticky* odstraňuje chtíč po pěti objektech smyslů. No a jelikož jsme odstranili tento chtíč po pěti objektech smyslů, mysl může se radovat. Radovat se z mentálního dotyku. Jestliže mysl se raduje z mentálního dotyku, není místo pro zlobu. Radování z mentálního dotyku a zloba nemůžou jít dohromady. Radost z mentálního dotyku je *saumanasja*. Zloba je *dharmanasja*. A proto vysvětlujeme radost jako *saumanasja* – radost z mentálního dotyku. A tato radost z mentálního dotyku je na základě *vitarka*.

---

[97] álajavidžňána: dosl. „zásobové vědomí“, základní pojem jógačárové školy mahájány, jež v něm spatřuje základní vědomí všeho bytí, podstatu světa, ze které povstává všechno, co existuje. Skrývá v sobě zkušenosti jednotlivých životů a zárodky každého duševního jevu.
[98] dassana: božský zrak, vytvořený soustředěním mysli na světlo. (A. IV, 41). (Nyanatiloka: Buddhistický slovník)

Vitarka znamená hledání objektu. A toto hledání objektu *ničí*, tím, že objekt hledáme, ničíme letargii. Letargie nastává jestliže objekt je nejasný. Jestliže objekt je jasný, letargie nemůže nastat. Právě proto mysl neklesá. Čili *vitarka* je opak klesání mysli. Opak *thína-middha*.

A *sukha* znamená příjemný tělesný dotyk. Zde tělesný dotyk, tělo znamená zde tělo faktorů vědomí, které určují též jak vnímáme tělo samotné, jak vnímáme objekt. Jak vnímáme objekt závisí na faktorech vědomí jako je pocit a vnímání. To jsou hlavní faktory vědomí. Ty *tvoří* vědomí. Počitek a vnímání tvoří vědomí.

Stejně tak, podle učení buddhismu, *vitarka* tvoří řeč. My si přibližujeme objekt řečí. To je důležité pochopit.

No a teď *sukha* je stav, kdy vědomí plně splyne s objektem a spojí se s ním. Tzn počitek proniká všemi ostatními faktory vědomí, které určují obsah vědomí. Ve *Visuddhimagga* je krásné přirovnání: Radost je jako cestující na poušti, kterému dochází voda a vidí v dálce oázu s nádrží vody a s krásnými zelenými palmami. A tento mentální dotyk v něm vyvolává radost. A teď jde dál, co nejrychleji, aby se do té oázy dostal. Skočí do vody, vykoupe se a napije se podle svých potřeb. A to je *sukha*. To je přímé splynutí s líbivým objektem. Tady je ten rozdíl. Čili sukha může blaho, štěstí, může prosytit celé vědomí, proto se vysvětluje v severním buddhismu jako *prašrabdhi*, jako jasnost a uvolnění. Jestliže máme jasnost a uvolnění, a jestliže máme prosvícenou celou bytost, tak není místo na rozrušení. Rozrušení je, jestliže celá bytost není prosvícená a není uvolněná. To je důležité pochopit.

Pak, jestliže máme *sukha*, není místo na neklid. Protože celá mysl je seshora dolů, zdola nahoru prosvícena blahem ze spojení s objektem. A tomu se říká *sukha*. A *sukha* první a druhé *dhjány*, na rozdíl, je tedy prašrabdhi a sukha třetí *dhjány* se vysvětluje jako *čétasika sukha*, tzn jako čistě mentální *sukha*, bez příchutě radosti. Jestliže se z něčeho radujeme, máme též jistou potřebu se s objektem radosti spojit. Ale jestliže plně vnikneme do objektu radosti, no tak už žádnou vůli se s ním spojit nepotřebujeme vynakládat. Proto *sukha*, blaho, štěstí třetí *dhjány* se učí v buddhismu jako ta nejvyšší radost ve světě, větší radost ve světě nemůžeme získat.

Teď samozřejmě paradox. Proto Buddha učí, jóga učí, že *dhjána* je nad slova, čtvrtá *dhjána*. My se učíme *šamathu*, my se učíme dhjánu, abychom ochutnali tu nejhlubší radost. Jestliže ochutnáme tu nejhlubší radost, pak můžeme proniknout utrpení, aniž bychom trpěli. A to vysvětluje mahájánové učení, jakožto proniknutí pravdy utrpení. Abychom získali osvobození, musíme proniknout pravdu utrpení. To je stejné v józe, jako v buddhismu. Jestliže pronikneme pravdu utrpení, utrpení přestává být utrpení. No a my praktikujeme *šamathu*, abychom *plně* zažili čisté blaho, čisté štěstí, což je štěstí čisté mysli, čistého vědomí. Štěstí čistého vědomí je nad štěstím světským.

Ale pokud objekt tohoto štěstí je objekt, který vědomí může chytit, pak toto štěstí bude přechodné. Ve stavu *dhjány* meditující netrpí. Ale když vyvstane z *dhjány*, pokud objekt je ten objekt, který mysl může chytit, pak utrpení stále nastává dál. Proto je třeba použít štěstí *dhjány* k proniknutí utrpení. A utrpení neznamená v józe a v buddhismu nic jiného, než stav nestálosti.

A nestálost je stav neklidu. Abychom poznali stav nestálosti, jako stav neklidu, musíme meditovat. Bez meditace to není možno poznat. My poznáme nestálost jako neklid jedině, když meditujeme, když nemeditujeme, nikdy to nepoznáme. No a nejlépe je to právě poznat ve stavu *dhjány*, kdy mysl a objekt splynou v jedno.

Čili klasická, též v józe i v buddhismu, klasická příprava k poznání toho nejvyššího je praxe *dhjány* na objektech, které je možno myslí chytit, mysl na ně pověsit. A jak už jsme se zmínili, jestliže mysl má blaho, je utišena. Mysl blaho nemá, těžko ji utišíme. Mysl je neklidná, protože nemá blaho. A protože nemá blaho, tak lítá z objektu na objekt, tzn. nemá *vičára*. *Vičára* je ta síla, jemná síla, která dovoluje mysli zůstat stále v blízkosti objektu. Jestliže mysl zůstane stále v blízkosti objektu, pak teprve může s objektem splynout.

Visuddhimagga vysvětluje *vitarka* úkazem včely, která letí ke kytce a *vičára* než včela se usadí na kytce, tak první bude poletovat v okolí kytky, jinak se na kytce neusadí. Čili obě tyto síly, hrubá síla i jemná síla jsou stavy vůle a rozlišení. Hrubé vůle s hrubým rozlišením a jemné vůle s jemným rozlišením. Teprve jestliže mysl má schopnost jemné vůle a jemného rozlišení, může s objektem splynout. A může objekt proniknout. To je … poznání objektu skutečně tak, jak je.

Teď, abychom pochopili praxi *dhjány*, *dhjána* je též, jak jsem zmínil na začátku *sarvaguna ášraja*, je základ všech ctností mysli. Jelikož *dhjána*, *samádhi*, což jsou synonyma, *dhjána* je též obsah vysvobození, vysvobození od utrpení. Ale která *dhjána* je obsah osvobození od utrpení? Je to ta *dhjána*, ve které moudrost a jednobodovost mysli jsou vyrovnané. Jestliže se staneme buddhou, a to ještě nějaký pátek potrvá, no pak budeme prodlévat v jakém stavu? Budeme prodlévat ve stavu, kdy moudrost a jednobodovost vědomí budou zůstávat ve stavu vyrovnanosti.

Jóga i buddhismus to vysvětluje jakožto stav, kdy vůz je tažen dvěma koni rovnoměrně. A nebo jakožto dvojkolka, jejíž dvě kola jsou ve stavu absolutní vyrovnanosti. Jestliže nejsou ve stavu absolutní vyrovnanosti, my stav osvobození dosáhnout nemůžeme, a též ho nemůžeme ochutnat. V *Dhammapada* je známý verš[99], často citovaný, ale též nepochopený, který tvrdí:…

Není *dhjána* bez moudrosti, není moudrost bez *dhjány*, ten, kdo má dhjánu a moudrost je stále v blízkosti nirvány.

Dle interpretace théravádového buddhismu tento stav rovnoměrnosti jednobodovosti mysli a moudrosti nastává jedině tehdy, *jestliže* mysl získá transcendentální moudrost, tzn. jestliže objekt mysli se nedá uchopit, nedá konceptuálně uchopit, nedá se držet. V tom smyslu, že nakládáme vůli k držení. Čili je to stav, kdy osmičlenná střední cesta dozrála. Stav, kdy učení, síla, *samádhi* a paňňá - učení disciplíny, jednobodovosti vědomí a moudrosti plně dozrály a spojí se v jeden celek. To je střední cesta. Pak, automaticky jednobodovost vědomí a moudrost fungují rovnoměrně bez výkyvů.

[99] *Dhammapada* verš č. 372.

Jestliže se staneme buddhou, no tak to je vlastně stálý stav. Stálý stav, ekvilibria. Toto ekvilibrium se nazývá *samskára upékšá*. Upékšá znamená upa ikša, upa (jak už jsme se zmínili) znamená zblízka a negace. Ikšá znamená vidět. My vidíme zblízka, znamená nevidíme. 😊 Nevidíme v jakém smyslu? Nevidíme ve smyslu chtíče a odporu. Když nevidíme ve smyslu chtíče a odporu, no tak mysl je v rovnováze. A jestliže mysl je v rovnováze, pak jednobodovost a moudrost je jedné chuti, *ekarasa*[100]. A tato jedna chuť je chuť vysvobození.

Toto je důležitost *dhjány* k pochopení procesu vysvobození. Bez *dhjány* proces vysvobození těžko pochopíme. Protože jedině na základě *dhjány*, na základě *samádhi*, můžeme poznat objekt tak, jak je. Jestliže poznáme objekt tak, jak je, můžeme se od objektu odpojit. A jestliže se od objektu odpojíme ve stavu rovnováhy mentálních faktorů, mysl nemá tendence ani klesat, ani se rozrušovat. Jestliže mysl nemá tendenci ani klesat, ani se rozrušovat, pak na základě jakéhokoliv objektu, můžeme mysl udržet ve stavu absolutní rovnováhy. A nepotřebujeme rozlišovat světské a nadsvětské. To je aspekt mahájánové praxe, který zde nutno připomenout, protože vlastně jak se budeme učit v následujících lekcích, text vlastně je zajímavý tím, že je plně věnován tradičnímu pojetí meditace, tak jak ho nacházíme též v théravádovém buddhismu, ale připravuje meditujícího na koncepty praxe bódhisattvy založené na velkém soucitu. A velký soucit je právě založen na nerozlišení mezi světským a nadsvětským, na pochopení reality jakožto jediné pravdy, pravdy takovosti.

Pro dnešek toho necháme. V příští lekci probereme rychle faktory *dhjány* a jak se dostat do první *dhjány*, udržet ji. Učit se dhjánu, jsou vlastně tři fáze. Získat dhjánu je ta první fáze a ta nejlehčí fáze. Získat dhjánu není tak těžká věc. Získání *dhjány*, je ale pouze ten nejnižší základ praxí *dhjány*. Po získání *dhjány* musíme se v dhjáně vycvičit. Jestliže se v dhjáně vycvičíme, pak získáme suverenitu. Jestliže získáme suverenitu v dhjáně, získáme suverenitu mysli. A jestliže získáme suverenitu mysli, získáme všechny ctnosti. Proto *dhjána* je učena jako základ pro všechny ctnosti. Jelikož podle buddhistického učení zašpinění vědomí jsou vlastně hosté vědomí, skutečné vědomí je čisté vědomí. A k poznání čistého vědomí potřebujeme praxi *dhjány*. Proto *dhjána* je učena jako *sarva guna ášraja*, jako základ všech ctností. A bez ctností není osvobození.

Pro dnešek asi takhle. Teď se budeme věnovat některým otázkám, asi je neprobereme všechny. Aspoň něco.

> Otázka: Lze dělal dhjánu na jakýkoliv objekt? Může být objektem koncept, nebo pouze dharma?

Objektem *dhjány* je většinou koncept. Protože u skutečnosti těžko můžeme mysl udržet. Skutečnost je to, světská skutečnost je to, co je ve stavu nestálosti. A *dhjána* potřebuje objekt,

[100] Více viz Slovník

který stojí. Jinak objekt, který nestojí, s tím nemůže splynout. Právě proto objektem *dhjány*, světské *dhjány*, jsou obzvláště koncepty. Z hlediska théravády, nebo sarvástivádového učení ale můžeme mít též upačára *dhjána*, na objektech, které skutečně existují. Jakožto různé rúpy. Ale abychom s těmi objekty mohli splynout, potřebujeme je chápat mentálním vědomím. A to, co chápe mentální vědomí, to jsou koncepty. Právě proto světská *dhjána*, objektem světské *dhjány* jsou koncepty. Z hlediska théravádového buddhismu, též sarvástiváda objektem *vipassany* nejsou koncepty. Z hlediska mahájány, a to je důležité pochopit, v tom je mnoho nepochopení, u většiny z nás, z hlediska mahájány všechny objekty, jak *vipassany*, tak i samathy jsou koncepty. Právě proto většina z nás, kteří studovali théravádový buddhismus, což je jediná žijící tradice, vlastně praxe, která vede do stavu arahata, jsou překvapeni, když čtou traktáty o meditaci v severním buddhismu, protože ty pojednávají o konceptech. Jako *Bódhičárjávatára*[101] atd. je rozjímání o konceptech. Není to přímá zkušenost *pěti skandh*[102], dvanácti *ájatan*[103], osmnácti elementů[104] atd. a závislého vznikání, ale je to meditace o konceptech, které vlastně tuto skutečnost přibližují. Protože jedině mentální vědomí může mít stabilitu. Jedině mentální vědomí může mít moudrost proniknutí objektem, jedině mentální vědomí může získat schopnost *dhjány*.

Teď *bódhisattva*, a to je třeba pochopit, je ten, který se nesnaží *sansáru* opustit, ale *sansáru* dominovat v mentálním vědomí. Stát se mistrem procesu převtělování na základě mistrovství mentálního poznání. V tom je ten rozdíl. To je důležité pochopit. Tento rozdíl ovšem není, nedá se říci, že by byl v protikladu, tento rozdíl zde sloučit, ale na to potřebujeme mít moudrost. Aby jakékoliv osvobození předpokládá … odříkání. Bez odříkání není jóga, bez odříkání není buddhismus. A buddhismus je též součástí tradice jógy. Abychom získali osvobození, potřebujeme odříkání. Ale jestliže pochopíme odříkání, pochopíme též, že vlastně není co odřeknout. A to je těžké pochopit. Protože od samého počátku, to je vlastně přínos Nágárdžuny, od samého počátku žádný objekt poznání, žádný fenomén nemá vlastní vlastnost. Tento stav prázdnoty vlastní vlastnosti se nazývá takovost. A v takovosti, což je skutečný stav všech jevů není co odříkat. Ale abychom takovost poznali, musíme samozřejmě

---

[101] Autor Šántidéva. Český překlad: Uvedení na cestu k probuzení, DharmaGaia 2000.

[102] skandha (khandha): patero složek bytosti, pět součástí osobnosti, individua, patero vidů, jimiž osobnost existuje na světě. Jsou to vnější podoba či tvar (rúpa), tedy tělesnost, dále pak cítění či pociťování (védana), vnímání (saňdžňa, saňňa), tvůrčí představy či představivost a duševní tvořivost (sanskára, sankhára) a vědomí či zkušenostní poznání (vidžňána, viňňána). Patero složkami bytost lne ke světu a lpí na něm. Více viz Slovník

[103] ájatana: dvanáct smyslových kategorií, totiž šest smyslových orgánů: oči, uši, nos, jazyk, tělo, mysl (manas, mana), a šest jim odpovídajících smyslových objektů: tvar, zvuk, pach, chuť, dotek a myšlenkové věci (dharma, dhamma).

[104] osmnáct prvků, které jsou nezbytnou podmínkou všech psychických procesů: čidlo zraku, čidlo sluchu, čidlo čichu, čidlo chuti, čidlo hmatu, věc k vidění, věc k slyšení, věc k čichání, věc k chutnání, věc k hmatání, zrakové vědomí, sluchové vědomí, čichové vědomí, chuťové vědomí, hmatové vědomí, „čidlo" mysli (manódhátu), přirozenost věcí k myšlení (dharmadhátu, dhammadhátu), psychické vědomí (manóvidžňánadhátu, manóviňňánadhátu). Prvky první až desátý jsou povahy fyzické, prvky jedenáctý až šestnáctý a osmnáctý jsou povahy psychické; toliko sedmnáctý prvek není takový ani onaký. (Vladimír Miltner: Malá encyklopedie buddhismu)

odříkat se od stavů ulpívání. A odříkání se od stavů ulpívání, to je meditace, která dovoluje proniknutí reality tak, jak skutečně je.

Čili objektem *šamathy* je, z hlediska théravády, jsou převážně koncepty. Objekty *vipassany* je skutečnost. Z hlediska mahájánového učení, z hlediska *jógáčáry mádhjamiky* všechny objekty meditace jsou vlastně koncepty. To je důležité pochopit. Protože mysl může uchopit jedině koncepty, realita takovosti je *neuchopitelná*. A to je těžké pochopit.

Otázka: Lze na každém objektu dosáhnout všech osmi *dhján*?

Samozřejmě, že ne. Ať budeme meditovat jakkoliv na nesprávném objektu, tak nedosáhneme ani přibližující *dhjány*, natož to první nebo druhé, třetí, čtvrté *dhjány*. To je nemožnost. Jestliže nemáme příhodný objekt, u kterého můžeme mysl udržovat, bez násilí, no tak nikdy se do *dhjány* nedostaneme. A mysl nemůžeme udržovat u faktorů vědomí jako je nenávist, jako je chtíč, u takových objektů mysl udržovat nemůžeme. Ale u objektů příznivých, jako je uvědomělá pozornost atd. můžeme mysl nechat. A ty se pak mohou stát objektem *dhjány*. *Dhjána* může mít konkrétní objekty, jakožto dech; může mít též abstraktní objekty. Vlastně v křesťanství Bůh, jestliže tento objekt hluboce prožijeme, též se stane objektem *dhjány*. Je to abstraktní objekt. Minulý rok jsem četl spisy Terezy z Ávily[105], když jsem byl ve Španělsku. Tak tam vlastně popisuje ty stavy splynutí s Bohem jako stavy *dhján*. Dá se to krásně srovnat. Ty procesy udržování vědomí objektu, aby ho neztratilo, jsou stejné. Ať už je objekt jakýkoli. Ale musí to být příhodný objekt, u kterého mysl může spočívat. Jestliže to není příhodný objekt, u kterého mysl nerada spočívá, no tak nikdy se do *dhjány* nedostane.

Otázka: Je vhodné požívat při nácviku *dhján* více objektů?

Ano, samozřejmě. Ve všech buddhistických tradicích je dobré používat několik objektů. V *théravádě Milindapaňha*[106] učí, že velký jógin je jako slunce. Slunce má nespočitatelně mnoho paprsků, velký jógin má též nespočitatelně mnoho objektů *samádhi*. Čili velký jógin je jako slunce, který může používat jakékoli příhodné objekty k pohroužení. A pak je to velký jógin. Jestliže máme jenom jeden objekt, sice můžeme získat osvobození, no ale velcí jógini asi nebudeme. Proto i v *théravádě* každý, kdo jde do *vipassany* má aspoň čtyři tzv. *árakkha álambana*, objekty, které ho ochraňují od nepříznivých stavů mysli. Nevíra je nepříznivý stav mysli a nevíru odstraníme tím, že meditujeme na Buddhu. V *théravádě* na ctnosti Buddhy, jedenáct ctností Buddhy. Letargie je velký nepřítel jóginů a tím, že meditujeme na smrt vlastně my nepřipustíme letargii, nepřipustíme lenost. Jsme líní, protože nemeditujeme na smrt. My nemůžeme získat hlubší poznání v meditaci, protože máme chtíč. Chtíč po objektech pěti

[105] Španělská křesťanská mystička (1515 až 1582), reformátorka karmelitánského řádu. Autorka mj. knihy Hrad v nitru.

[106] Doslova „Otázky Milindovy“, nejvýznamnější nekanonické dílo théravády, sestavené ve formě dialogu mezi mnichem Nágasénou a králem Milindou.

smyslů. A proto musíme praktikovat *asubha* meditaci, abychom tento chtíč oslabili. Jinak *nikdy* mysl nedosáhne rovnováhy. A zloba, stejně tak jako chtíč jsou základy všech zašpinění vědomí. Rozrušení, letargie vlastně též má kořen v našem komplexu chtíče a odmítání. A oslabili a zbavili se zloby, no tak *mettá* meditace (maitrí). Láska. Láska je ten nejhezčí objekt, co mysl může mít, kromě osvobození samotného. A láska je též součástí osvobození, není žádné osvobození bez lásky. Každý, kdo je osvobozen, má lásku a soucit. Když nemá lásku a soucit, nemůže být osvobozen. Ať už *arahat* nebo buddha pro sebe nebo *kevali*[107] jógin, musí mít lásku a soucit. Jedině pak může získat osvobození.

A tyto čtyři objekty se vlastně učí každý, kdo se učí *vipassanu*. Aby překonal překážky, které nutně musí střetnout v praxi *šamathy*. Ale překážky v praxi *šamathy* jsou malé překážky ve srovnání s překážkami v praxi *vipassany*, neb moudrost je obsah vysvobození. Všechny ostatní ctnosti vedou k moudrosti. A jedině moudrost nás může vysvobodit. Všechny ostatní ctnosti jsou pomůcky moudrosti. A bez pomůcek moudrost nemůže přijít k vyjádření.

Otázka: Jak je objekt definován v jižní a jak v severní tradici?

Dobře. Na to jsme odpověděli. V tom je ten rozdíl, v jižní tradici, to je důležité pochopit, všechny objekty, i pět agregátů existence, jsou vlastně koncepty. Pokud nám někdo pět agregátů existence nevysvětlí, no tam my pět agregátů existence nepochopíme. To je důležité. Právě proto, proces moudrosti je proces zrání. Nejprve máme moudrost naslouchání, že rozumíme konceptům, pak moudrost kontemplace, že pronikneme koncepty a pak moudrost ze *samádhi*, kdy ty koncepty se stanou námi. My se staneme těmito koncepty. Staneme se jednobodovosti mysli a moudrosti. A proces meditace je proces kultivace, to jsme vysvětlili, bhávaná. *Staneme* se tím. My meditujeme, abychom se stali osvobozením. Osvobození je existence, která vede nad existenci.

Otázka: Máme při snaze o *dhjány* chápat dech konvenčně nebo ho chápat dle charakteristik abhidhammy? Má dech v různých dhjánách různé charakteristiky?

Počkej to už je nějak až příliš složité. Tomu ani sám nerozumím. To jsem nepochopil. Jaký je rozdíl mezi chápáním konvenčně a chápáním *Abhidharmy*? Tomu vůbec nerozumím.

Charakteristiky jsou též jen konceptem. Ale skutečným konceptem. Dech znamená vítr a vítr znamená tlak, pohyb, to je skutečná vlastnost. Ale tato vlastnost se dá jedině proniknout mentálním vědomím. Jedině mentální vědomí u této vlastnosti může udržet vědomí a proniknout jím. Je to tak. A jedině mentální vědomí může pochopit koncepty. Pět smyslů žádný koncept nechápe. Takže ono to není, zdánlivě není tak odlišné, to prostě jenom jiný pohled.

[107] kaivalja?, dosl. „výjimečnost, jedinečnost, dokonalé osvobození“, pojem užívaný zejména v rádžajóze.

Ale ty pohledy se dají sloučit. To neznamená, že jeden pohled je správně, druhý pohled není správně. To je prostě jiný aspekt poznání a oba aspekty poznání mají svou důležitost a pomáhají proniknutí. A jakmile jimi pronikneme, no tak buddhismus je jedná věda, která hlásá, jestliže pronikneme konceptem, nesmíme na něm ulpívat. Je to tak. Abychom pronikly konceptem, musí být jasným konceptem. Abychom měli jasný koncept, musíme ho plně prožít.

Netřeba vidět v těchto různých konceptech protiklady, je třeba v nich vidět jistý jiný aspekt pochopení. Oba aspekty pochopení jsou důležité. To není, že jeden aspekt pochopení je správný a druhý je nesprávný. Tato naše tendence rozlišování právě je to, co nás připravuje o proniknutí. Protože my pak používáme vlastně automatické myšlení a toto automatické myšlení je právě to, co nás odděluje od přímého poznání.

(6. část)

Dnes máme za úkol, konečně se vracíme zpět k textu a podle textu probereme nejprve tu druhou část textu, první část textu, jak už jsem se zmínil je vlastně příprava pro džhánu. A teď ty první čtyři *džhány*, to je jako druhá část textu.

První čtyři *džhány* začínají samozřejmě první džhánou, takže tím začneme. Teď se budu více držet textu a budu ten text komentovat.

Proces vstupu do *dhjány*, o tom jsme mluvili minulý týden je proces odstraňování pěti překážek, které jsme vysvětlili trochu podrobněji. A proces odstraňování pěti překážek je proces posilování pěti *anga*[108]. O tom jsme mluvili. *Anga* se dá přeložit jako díl, dá se přeložit jako příčina. Džhána v sanskrtské tradici se též nazývá *anga sampajukta samádhi*, to znamená *samádhi*, které je *spojené* s příčinami. A ty *anga*, těch pět *anga*, to je pět příčin. Hlavní příčina, každá *dhjána* má svoji hlavní příčinu, má to, co ji dělá příjemnou, protože my praktikujeme džhánu, abychom byli v čistém stavu. Čistý stav vědomí, je příjemný stav vědomí, je zdravý stav vědomí. Nečistý stav vědomí je nepříjemný stav vědomí, nezdravý stav vědomí. A my praktikujeme džhánu abychom byli v podmínkách, proto se nazývá *anga sampajukta*, v podmínkách, které *přizpůsobují* vědomí na čistý stav. Přizpůsobují mysl na čistý stav.

A hlavním důvodem *dhjány*, o tom jsme mluvili minule, je *vitarka-vičára*. *Vitarka-vičára* v čínské tradici překládají *vitarka* jako hledání objektu (*šin*). A naposled jsem mluvil tom, že *vitarka* je derivované ze sanskrtského kořene *uh,* což vlastně odpovídá českému uvažování. My uvažujeme o objektu. Když uvažujeme o objektu, hledáme objekt. Tím pádem, že hledáme objekt, neopouštíme objekt. Minule jsem se snad zmínil též o tom, že *vitarka-vičára*, představují v buddhistické tradici *vačí sanskára*, to znamená formace, které vytvářejí řeč, vytvářejí jazyk. My mluvíme, možnost se vyjádřit je založena na našem používání těchto sil *vitarka-vičára*. Tím, že mluvíme, tím vlastně nasměrujeme mysl na objekt. Jestliže nenasměrujeme mysl na objekt, tak nemůžeme se vyjádřit. No a proces meditace v buddhistické tradici, nejenom v buddhistické tradici i v józe, je proces *odstraňování* formací[109]. To je důležité pochopit.

Čili *vitarka-vičára* je příčinou, hlavní příčina první *dhjány*. Jak už jsem řekl, *vitarka-vičára* se překládá do angličtiny jako …, to znamená my aplikujeme mysl na objekt a udržujeme ji u objektu. To je funkce vitarky a vičáry. Podle *Abhidharmy vitarka* je to, co doslova bez přestání mlátí myslí o objekt, a ti kteří jsou vyvinutí v praxi *vipassany*, to opravdu tak pociťují. A *vičára*

[108] *anga*: charakteristické a určující prvky duchovního procitnutí (bódhi). Je jich sedm: soustředěné sebeupamatování (smrti, sati), to jest introspektivní sebeovládání, rozlišování a hodnocení věcí a jevů (dharmavičaja, dhammavičaja), úsilí (vírjá, virija), radost (príti, píti), důvěřivý klid (prašrabdhi, passaddhi), meditační soustředění (*samádhi*) a rovnodušný nezájem (upékša, upekkhá. Hnacím podnětem pro vznik, zdárný vývoj, zdokonalování a upevnění těchto sedmi prvků duchovního procitnutí je soustavná bedlivost (jónišómanasikára, jónišómanasikára. (Vladimír Miltner: Malá encyklopedie buddhismu)

[109] formace = sankhára.

je to, co udržuje mysl u stejného objektu. *Vitarka* je tedy hrubá síla mysli, která rozlišuje a vede ji k objektu. A *vičára* je jemná síla mysli, která též vede, udržuje mysl u objektu a nechává ji u stejného objektu. Tím pádem tím objektem může proniknout.

Vipassaná není možná bez funkce vitarky a vičáry, která umožňuje rozlišování a vedení mysli k objektu. Mysl se dostane k objektu, podle buddhistické psychologie, na základě *čétaná,* na základě vůle a na základě vitarky. Jestliže není vůle a není *vitarka*, no tak mysl k objektu nejde. A teď kdepak je mysl? To je velká záhada. Mysl, která nemá *vitarku*, a která nemá vůli, kde se nachází? To jsou otázky, … základní otázka zenu… Čili podle buddhistické psychologie Buddha nemá *vitarku*, nemá *vičáru*, nepotřebuje *vitarku*, nepotřebuje *vičáru*, ale přesto *jasně* vnímá všechny objekty. My, abychom jasně vnímali objekt, potřebujeme *vitarku* a *vičáru*. Buddha zde míním zcela probuzeného buddhu. Plně probuzený buddha je v souladu z tělem dharmy. Právě proto má vše-vědomost ve všech aspektech a nepotřebuje objektem proniknout. Prostě to vnímá tak, jak je.

Džhána je *anga* sampajutta *samádhi*, *samádhi* spojené s příčinami a hlavní příčina první *džhány* je tedy *vitarka* a *vičára*, která umožňuje to, že mysl zůstává u stejného objektu dlouhou dobu a tím pádem může s objektem splynout. To je *dhjána*. Jestliže neřídíme mysl stále k jednomu objektu, nemůžeme s tím objektem splynout. Proto každá *dhjána* má hlavní příčinu. U první *dhjány* to je *vitarka-vičára*. Má to, co ji dělá příjemnou, co ji dělá blaženou a to je radost (*príti, píti*) a *sukha*, což je příjemný pocit, příjemný pocit tělesný.

Ale v dhjáně ovšem tělesné vědomí jde do pozadí. Čili zde tělesné vědomí, tělesné v buddhistické tradici má stejný význam jako *skandha*, jako agregát. Tělo je též agregát všech možných dílů, rukou, nohou, hlavy atd. Stejně tak mysl je též agregát faktorů mysli. A tyto faktory mysli, které jsou vlastně obsahem mysli, jsou silou, která myslí hýbe, proto se jim říká též formace, formace vůle, tyto faktory určují jak my vnímáme objekt. Protože podle buddhistické psychologie, buddhistické filosofie, veškeré faktory vědomí, které jsou obsahem vědomí, se **spojují** na základě počitku. Počitek spojuje všechny ostatní faktory vědomí. Čili to, co vědomí rozlišuje je na základě počitku. Zde mluvím o světském vědomí.

Tedy radost a sukha, tedy blaženost, je to, co dělá dhjánu příjemnou – my praktikujeme dhjánu, abychom byli v čistém, příjemné stavu. My zažíváme mnoho příjemných stavů, ale nejsou čisté, protože na nich lpíme. Stav *dhjány* je čistý stav, je to jednobodovost čistého, zdravého vědomí. Zdravé vědomí je to vědomí, které se zbavilo pěti překážek. V dhjáně pociťujeme pouze zdravé vědomí. Není místo pro překážky, proto vědomí zůstává zdravé.

A pak je základ *džhány*. Základ *džhány* je jednobodovost, *ékaggatá*. Proto džhána se též jmenuje *kusala čitta ékaggatá* – jednobodovost zdravého, čistého vědomí. To je *dhjána*. Ta jednobodovost zdravého čistého vědomí je to, co dovoluje mysli splynout s objektem. A to je též základ *dhjány*. Jestliže není základ, nic nemůže stát.

Tedy první *dhjána* má pět příčin, pět členů, pět součástí. Základ těchto součástí je jednobodovost vědomí. Jejich to, co dělá džhánu pozitivním stavem, radost, to je pak *príti,*

sukha, to je radost a štěstí. A to, co umožňuje dhjánu, první dhjánu, to je *vitarka* a *vičára*. To je … aplikace mysli na objekt a udržování mysli u objektu. Aplikace mysli na objekt je vysvětlována jako stálé mlácení (doslova) *ájana parjáhana*, to znamená neustálé mlácení mysli o objekt. A *vičára* je vysvětlována jako *anubandana*, to znamená zakotvení mysli u objektu. Jestliže *vitarka* je mlácením mysli o objekt, *vičára* je masírování objektu myslí. A tím se vědomí uhněte tak, že může s objektem splynout, díky zdravé jednobodovosti mysli.

A teď se podíváme, jak je to vysvětleno v našem textu. Tedy tím, že roste těchto pět členů *dhjány*, příčin *dhjány*, tím vlastně pět překážek se ztrácí. Toto je proces vstupu do *dhjány*. Jestliže se ztratí dlouhou dobu a pět příčin *dhjány* se posílí, mysl může s objektem splynout. Teď je rozdíl v severní tradici a v jižní tradici buddhismu. Jižní tradice buddhismu má tendenci oddělit trénink v džháně od *vipassany*. Severní tradice, to není jen severní tradice ve smyslu severní tradice, která vysvětluje cestu bódhisattvů i severní tradice, která vysvětluje cestu arahatů, cestu žáků[110] – *zdůrazňuje*, že *dhjána* je stav, kdy vlastně meditující se učí používat smysl koncentrace a moudrosti *vyrovnaně*.

Jak už jsme se zmínili, v indické tradici, nejenom v buddhismu, *dhjána* i *samádhi* je též blažený stav, světský blažený stav, ale je to též vysvobození. Je tedy *laukika dhjána*, to znamená *dhjána* se světským objektem. A je nadsvětská *dhjána*, *lókuttara dhjána*. Lókuttara *dhjána*, lókuttara *samádhi* je *obsah* vysvobození. Ten, kdo se vysvobodil, vstoupil do nadsvětské *dhjány*, nadsvětského *samádhi*. Buddha na rozdíl od nás nemůže *samádhi* ztratit. Ale buddha, ať už je buddha žák, nebo buddha pro sebe nebo plně probuzený buddha, *samádhi* neztrácí a tím pádem neztrácí rovnováhu mysli. Jelikož neztrácí rovnováhu mysli, nemá místo na nezdravý stav vědomí.

My, jelikož ztrácíme rovnováhu mysli, máme otvor pro nezdravé stavy vědomí. To je třeba si uvědomit. A *samádhi* lingvisticky znamená doslova *sam-ádhana*. *Ádhana* znamená položit, sam znamená správně a též rovnoměrně. Rovnoměrné, správné položení mysli na objekt. Na jakýkoliv objekt. A toto je pak účelem *samádhi*, je pak jedna rasa, *éka rasa*, jedna chuť. *Éka rasa vimukti rasa* – chuť osvobození. My praktikujeme džhánu, abychom získali tento stav jedné chuti. Ve stavu *džhány* se světským objektem tento stav jedné chuti trvá tak dlouho, pokud faktory nebo příčiny *dhjány* jsou silné a nedovolují vstup pěti překážkám. Ale, jestliže objekt je světský, pak když meditující vystoupí z *dhjány*, no tak znovu přicházejí nezdravé stavy,

---

[110] šrávakajána, sávakajána: doslovně „posluchačský vůz“, to jest cesta k osvobození stavem posluchače (šrávaka, sávaka). - *Théraváda* se uvádí jako příklad této školy.
Viz ékajána, trijána: ékajána doslovně „jeden (jediný) vůz“ nebo „jedinečná cesta“, též Buddhajána, Buddhův vůz, totiž jediné učení, které může dovést k poznání nejvyšší pravdy a k dosažení buddhovství. Ékajána však sestává vlastně ze tří vozů (trijána, tijána), jež k nirváně (nibbána) vedou třemi různými cestami, které jsou Posluchačský vůz (šrávakajána, sávakajána), Samotářský vůz (pratjékajána, paččékajána) a Bódhisattvovský vůz (bódhisattvajána, bódhisattajána). Ve svém absolutním významu představuje Jediný vůz nejvyšší pravdu, pravdu nejzazšího smyslu, která shrnuje a převyšuje všechna dočasná a pomíjivá učeni hínajány i mahájány. Tak to vykládá Lotosová sútra dobrého držma (Saddharmapundaríkasútra). V jiných souvislostech je ékajána starší a málo užívaný název mahájány.

založené na naší hluboké tendenci po chňapání po objektu a odporu vůči objektu. A to přináší mysli nerovnoměrnost, ztrácí rovnováhu.

A jestli mysl splyne s objektem, a objekt *dhjány* musí být mentální objekt, to je důležité pochopit. Jedině mentální vědomí, *manó viňňána*, *může* s objektem splynout. Čili je důležité pochopit, že objekt *dhjány* je mentální obraz. Tento mentální obraz není stejný jako ten obraz, který vidíme očima, ale též není od něho plně rozdílný, protože vyvstává na základě toho, co vidíme očima, co pociťujeme tělem atd. Ale je to zjemněný obraz a toto zjemnění může nastat jedině v mentálním vědomí.

V severní tradici vysvětlujeme, že všechny objekty, tak *šamathy*, tak i vipašjany jsou mentální objekty. Ve stavu *dhjány* pět smyslů jde do pozadí a mentální vědomí se stává predominantním. Ostatní vědomí zůstávají v pozadí. Jestliže se staneme mistry *dhjána*, pak postupem *dhjány* přestávají fungovat. Přestávají fungovat, protože formace vůle přestávají fungovat. Jestliže vstoupíme do druhé *dhjány*, formace řeči, mluvy přestávají fungovat, v druhé dhjáně není místo pro *vitarku* a *vičáru*… Jestli vstoupíme do čtvrté *džhány*, ne takový vstup, jaký nám je možný, ale vstup plně vyškoleného jógina, pak ve čtvrté dhjáně formace těla přestávají existovat. To znamená, není dech. V našem případě můžeme pociťovat opravdu jemný dech v břišní krajině, v nosních dírkách dech zmizí. Ale jestliže věříme písmu, tak i ten nejjemnější dech by měl zmizet. Což je ovšem nad naše možnosti. Ale v případě Buddhy je to možné, když Buddha meditovat podle písma, tak v bouři padali stromy u jeho nohou a on nic neslyšel. Takové bylo odpojení od smyslů.

A ta nejvyšší *dhjána* je, když mysl se odpojí od formací mysli samotné. Této dhjáně se říká *saňňá-védajita-samápatti*, dosažení odpojení se od formací vědomí. Formace vědomí je co? Jsou počitky a vnímání. Počitky - védaná, vnímání – saňňá. Saňňá védajita niródha samápatti. Niródha znamená suspension – pozastavení. A to je ta nejvyšší *dhjána*. To je ta *dhjána*, kdy subjekt je nirvána, objekt je též nirvána. Jestliže máme tuto dhjánu, může říci, že jsme plně poznali Buddhovo učení. Tento druh *dhjána* patří výlučně jenom těm žákům a bódhisattvům, kteří se stali mistry jak *šamathy*, tak i vipašjany.

V jižní tradici, jak už jsem se zmínil je tendence oddělit trénink v džháně od tréninku ve vipassaně. V písmu je napsáno, že meditující, který praktikuje *vipassanu* kontempluje pravdu *dukkha sačča, dukkha satja*, což je pravda nestálosti všech jevů. A kontemplovat nestálost všech jevů je vyčerpávající. No a jelikož je to tak vyčerpávající, aby mohl pokračovat v boji, přirovnává se to tak jako válečník, který chrání město na hradbách. Když je vyčerpán, tak vstoupí do těch věžiček a tam si odpočine. A když je odpočat, znovu vyskočí a brání město.

Stejně tak meditující *vipassanu*, je psáno v komentáři, když praktikuje *vipassanu* a jedině vipassanou můžeme dosáhnout plného osvobození, tedy jedině moudrostí dosáhneme stav mysli, která zůstává bez přestávky čistá, bez přestávky zdravá. A abychom toho dosáhli, musíme – to je učení žáků – musíme stále kontemplovat nestálost, utrpení nestálosti. A to je vyčerpávající. Tedy vstoupíme do *džhány*, zůstáváme ve stavu čistého, blaženého vědomí, a když si odpočineme, znovu kontemplujeme pravdu utrpení, nestálosti. Zde třeba dodat

nestálost, protože utrpení není pravda. Nestálost je pravda. Nestálost je pravda ve světě. Čili vlastně utrpení není utrpení, když jsme jím pronikli. Nestálost patří světu, stav jednoty nestálosti patří vědomí, které má jednu chuť, chuť osvobození. A chuť osvobození je chuť *samádhi*, chuť *džhány*, chuť správné aplikace vědomí na objekt, na jakýkoli objekt.

Severní tradice zdůrazňuje, obzvláště mahájánová tradice, že jelikož ve stavu *dhjány* mysl splyne s objektem, a když splyne s objektem, je na objekt nalepená a tím pádem nemá moudrost. Právě proto tento stav nestojí za to v něm zůstat delší dobu. Skutečné *samádhi* je to *samádhi*, které dovoluje mysli volně se pohybovat z objektu na objekt. To je co zdůrazňuje severní tradice. Striktně řečeno tento stav čisté zdravé mysli, která se může volně hýbat z objektu na objekt ve stavu *dhjány*, je mysl, které se říká *abhiňňá*, nadpřirozená mysl. Nadpřirozená mysl má sílu *dhjány*, ale nesplyne s objektem a může se libovolně hýbat s objektu na objekt. To je ideál praxe *dhjány* v severní tradici.

Striktně řečeno, tento stav je možný jedině ne pro běžnou dhjánu, ale dhjánu spojenou s abhiňňá, abhiňňá znamená nadpřirozené poznání. Nadpřirozené poznání je to poznání, které dovoluje ve stavu *dhjány* mysli, aby se libovolně hýbala s objektu na objekt a nesplynula s žádným objektem. Přesto, že nesplyne s objektem, síla *dhjány*, síla těchto důvodů *dhjány* není přerušena.

A teď se podíváme na text, jak text sám vlastně džhánu vysvětluje. To vysvětlení *džhány* jsem doslova opsal od překladu Bhikkhu Bódhi. Co je stav *dhjány*? Tak jak je vysvětleno v písmu. Jógí potom, co opustil senzuální chtíč, aby opustil senzuální chtíč musí praktikovat co? *Nekkhamma, naiškramja* [111] . Nekkhamma znamená odříkání. Praxe *dhjány* je spojena s odříkáním, ale ve světské dhjáně toto odříkání existuje po dobu, co mysl je spojena s objektem prohloubení. Jakmile objekt prohloubení opustím, tak nekkhamma, odříkání se ztrácí. Ale v nadsvětské dhjáně, odříkání se neztrácí. Právě proto jedna chuť čistého, jednobodového vědomí se též neztrácí. A tím pádem balance vědomí se též neztrácí. Vědomí zůstává stále v rovnováze. Vědomí, to znamená faktory vědomí, které vědomí tvoří.

První opustí tedy chtíč po objektech pěti smyslů a pak opustí všechny nezdravé dharmy, všechny nezdravé fenomény, obsahy mysli. První na základě odříkání opustí objekty chtíče pěti smyslů, pak opustí všechny ostatní nezdravé stavy vědomí. A tím pádem může vstoupit do první *dhjány*. Je doprovázena *vitarka* a *vičára*. Díky *vitarka* a *vičára* ten příjemný počitek těla a vědomí zůstává. Jelikož *vitarka* a *vičára* nedovoluje, aby vědomí šlo k jiným objektům. Čili vědomí zůstává u jemného mentálního obrazu, jelikož zůstává u jemného mentálního obrazu může se s tímto jemným mentálním obrazem spojit a tím pádem pět smyslů jde do pozadí. V našem případě jde do pozadí, jestliže se staneme velkými jóginy, pak prakticky přestávají fungovat.

---

[111] naiškramja, pálijsky nekkhamma: odříkavá zdrženlivost, zřeknutí se světa. Je to součást správného záměru (sanjaksankalpa, sammásankappa) a jedna z deseti dokonalostí (páramitá). Více viz Slovník

Proto v buddhistické kosmologii *džhány* představují sféry světa, jsou sféry vnímání. V naší sféře světa, ve které se nacházíme, naše vnímání je založeno na pěti smyslech, o čem myslíme skoro většinu času, skoro stále. V případě většiny z nás vlastně jenom. To je jenom to, co chceme vidět, chceme slyšet, co chceme ochutnat, co chceme uchytit, co chceme slyšet. Tím se naše vědomí zabývá. Proto se nacházíme v *káma dhátu*, ve sféře vnímání, doslova v elementu vnímání, protože buddhismus je filosofie nejáství, ten, kdo vidí dhátu, kdo vidí elementy, nevidí já, ten kdo vidí já, nevidí elementy. Proto vlastně dhátu, element je to, co umožňuje pochopení buddhistické filosofii. Buddhistická filosofie, filosofie nejáství je filosofie všech věcí bez já. Všech obsahů naší zkušenosti bez já. Obsah zkušenosti bez já je element.

To, co vnímáme vědomím, které hledá požitek v pěti smyslech, to je káma dhátu. To je element světa založený na vnímání, které má základ v chtíči vůči pěti objektům pěti smyslů.

Dostaneme se do první *džhány*, překračujeme tuto sféru vnímání založené na hledání uspokojení pěti smyslů a my pět smyslů necháváme v pozadí, nenarušují náš mentální požitek. A tím pádem my můžeme s objektem splynout, protože mysl je řízena a zůstává u stejného mentálního obrazu. A tím pádem prožívá radost a uspokojení nebo štěstí, které v případě první *dhjány* je *vivékadža*. Vivékadža znamená vyvstané, toto štěstí a slast jsou vyvstané na základě vivéka, na základě odpojení.

Ostatní *dhjány*, druhá *dhjána*, třetí *dhjána*, čtvrtá *dhjána*, pak všechny bezforemné *dhjány*, světské, nadsvětské, všechny ostatní *dhjány* kromě první *dhjány* jsou *samádhidža*. První *dhjána* je ale vivékadža, je zrozená odstraněním žádostí po objektech pěti smyslů. Jelikož jsme odstranili žádost po objektech pěti smyslů, mentální objekt zůstává v popředí a pět smyslů jde do pozadí. Postupem času, jestliže ovládneme proces *dhjány*, mizí úplně. Mizí úplně ovšem ve stavu dokonalého jógina, ne v našich … A to je důvod toho, že o praxi *džhány*, zejména v théravádových zemích je mnoho různých zkreslených názorů. Jelikož v textech je psáno, že stav *dhjány* je odpojení od pěti smyslů, jógini, ti mniši často si myslí často, že stav *dhjány* je nedosažitelný. Stav *dhjány*, perfektní *dhjány* je pro nás, v tomto stadiu nedosažitelný. Ale dosažení *dhjány* není těžká věc. Ale nebude to perfektní *dhjána*. Přesto je to *dhjána*. Jakmile mysl zůstane u mentálního objektu a všechny ostatní smysly jdou do pozadí, je to též *dhjána*. Ale není to ještě perfektní *dhjána*. A to většinou texty nevysvětlují.

Právě proto sféra jemných objektů, nad sférou káma dhátu, elementu vnímání, které je nasměrováno na chtíč, na chtění pěti objektů pěti smyslů, tento chtíč v první džháně zmizí. Proto se nazývá zrozená z vivéka, z oddělení. Sanskrtského kořene *vič*, to znamená vlastně oddělit, oddělit na základě *vi*, vi je jako *vipašjaná*, znamená rozlišení. Oddělení na základě rozlišení. Jaké rozlišení? Že ten mentální požitek je daleko hlubší, než požitek, který pět smyslů může přinést. Proč? Protože tento požitek je na mentálních obrazech, které trvají. Jestliže mentální obrazy netrvají, tak v rámci vnímání založeném na chtíči, pak pocit uspokojení též nemůže trvat. A protože po něm lapáme, tak vlastně prožíváme po přechodu z příjemného počitku do neutrálního nebo nepříjemného počitku ve smutek, v hledání, v rozrušenost. Ale to ve stavu *dhjány* nemůže existovat. Proto je to *hlubší* mentální požitek, je vždy hlubší než

tělesný požitek. Protože jedině mentální požitek může trvat dlouhou dobu. To je paradox. I tělesné štěstí založené na mentálním požitku může trvat dlouhou dobu. Ale jestliže je založeno na tělesném požitku, no tak dlouhou dobu trvat nemůže. To, co přináší stálý požitek, dlouhotrvající požitek může být jen mentální vědomí. A ve stavu *dhjány*, toto mentální vědomí a mentální požitek *pohlcuje* všechno ostatní.

Čili *nezájem* o požitky pěti smyslů, protože to, co je vyšší, samozřejmě odstraňuje to, co je nižší.

A vivéka má též v sanskrtu význam odstranění na základě rozlišení, odloučení, a též znamená moudrost. Moudrost je rozlišení na základě odstranění. A toto rozlišení na základě odstranění je dáno právě *silou vitarka* a *vičára*. *Vitarka* a *vičára Abhidharmakóša* vysvětluje jakožto sílu vůle a *maty* – rozlišení. Hrubá síla, vůle a rozlišení. Rozlišení je *vitarka*, jemná síla, vůle a rozlišení je *vičára*. A tyto dvě síly jsou důvodem první *dhjány*, která nám umožní oddělení od chtíče po objektech pěti smyslů splynutím s mentálním obrazem, které jsme vytvořili ve vědomí samotném.

Dále přichází vysvětlení co jak meditující pozná, že se přibližuje první dhjáně a jak pozná, že do ní vstoupil.

Pozná, že se přibližuje první dhjáně tím, že jeho mysl se *odpojuje* od chtíče vůči pěti objektům pěti smyslů a to se děje díky jeho prohloubení praxe uvědomělé pozornosti (sati), to znamená zde sammá sati. V buddhismu rozlišujeme *sammá sati* – správnou uvědomělou pozornost a *miččhá-sati* – Nesprávnou uvědomělou pozornost. Správná uvědomělá pozornost je základem správného *samádhi*. A nesprávná uvědomělá pozornost je základem nesprávného *samádhi*.

Podle *Abhidharmy* sammá-*samádhi*, což je poslední článek osmičlenné střední cesty se vysvětluje jako osm *samápatti*[112], osm dosažení čtyř *dhján* v jemných objektech a čtyř *dhján* v neforemných objektech. To je *sammá-samádhi*. Toto *sammá samádhi* je založeno na sammá-sati, na správné pozornosti, uvědomělé pozornosti. Co je uvědomělá pozornost? Že mysl jasně vnímá objekt, objekt vnímání je jasný, tím pádem se vysvětluje v *Abhidharmě* jako *apilápana*, mysl sebou nemrská, doslova. A přitom je otevřená. Jasně vnímá objekt pozornosti, ale jasně též vnímá všechny ostatní objekty kolem. A není jimi rozptýlena. To je správná pozornost, uvědomělá pozornost.

A co je miččhá-sati? Nesprávná, neuvědomělá pozornost? To je ta pozornost, kdy mysl chce po objektu chňapnout. Jako kočka čeká u díry na myš a snaží se chňapnout po myši. To je též uvědomělá pozornost, její pohyby jako tygr, krásné pohyby, uvědomělé pohyby, ale za účelem uchopit oběť a zničit ji.

Opak toho je *uvědomělá* pozornost, kdy mysl je ostražitá, ale nechce chňapat. Tím pádem vnímá jasně též vše kolem. Jelikož vnímá jasně vše kolem, proto v *théravádě* jižní tradice sati

[112] samápatti: ‚dosažení‘, je označením osmi pohroužení v jemnohmotných a nehmotných oblastech. Někdy se sem jako deváté řadí i ‚dosažení ustání‘ (niródha-samápatti).

je základ pro *hrí* a *etapa*, je základ pro stud a strach z dělání zla. Dělání toho, co škodí nám i škodí druhým. Proto je vlastně základ morálního jednání. Uvědomělá pozornost je v buddhismu základ morálního jednání. To je rozdíl mezi buddhistickým konceptem uvědomělé pozornosti a tzv. vědeckým konceptem uvědomělé pozornosti, který umožňuje pragmatické jednání ve světě bez stresu, ale není zdůrazňován morální aspekt. Morální aspekt je aspekt religiozity. Bez morálního aspektu samozřejmě aspekt religiózní nemůže být.

Z hlediska buddhistické filosofie tato chuť morálního rozlišení je na základě uvědomělé pozornosti. A když tato uvědomělá pozornost roste na základě jednobodovosti a štěstí, které mysl zažívá na základě jednobodovosti, schopnosti kultivovat jednobodovost, ta vede k tomu, že pět objektů chtíče jde do pozadí a meditující prožívá to, čemu se říká kammaňňata, karmanjata, doslova pliancy – jasnosti, uvolnění, lehkosti, jemnosti, rovnosti, flexibility. Všechny tyto faktory jsou faktory mysli, které meditující začíná jasně vnímat, když se přibližuje stavu *dhjány*. Objekt jeho pozornosti se stává jasný, mysl sebou netřepe, jak ryba v síti, zůstává pevná a jasně vnímá vše kolem sebe.

A tím pádem, tato jasnost a uvolněnost vede k tomu, že meditující cítí uvnitř i venku světlo. Světlo moudrosti. Vnitřní světlo. Vnitřní světlo splývá s vnějším světlem. Stává se jedním světlem. Toto je často doprovázeno různými počitky, např. různými tlaky v těle, tlak v *brahmarandhra*[113]. Můžou nastat různé počitky v těle a tyto počitky se stávají čím dál jasnější, jestliže hlouběji vstupuje do *dhjány*.

Aby mohl vstoupit do *dhjány*, první musí vstoupit do toho, čemu se říká upačára *dhjána*. Upačára *dhjána* je přístupová *dhjána*. Zde vysvětluje vlastně text přístupovou dhjánu. Z hlediska théravádové *Abhidharmy*, jaký je rozdíl mezi tzv. *appaná dhjána* – plnou *dhjánou* a přístupovou *dhjánou*? V plné dhjáně mysl už nemůže padat do *vipassanu*, do základů vědomí. V plné dhjáně mysl nemůže padat do základu vědomí. Tím pádem je pevně spojená s mentálním obrazem, který umožňuje splynutí.

V přístupové dhjáně, mysl *může* tento mentální obraz ztratit. Z hlediska théravádové *Abhidharmy*, aby se mohla mysl hýbat z objektu na objekt musí se nejdříve vrátit do základního vědomí a pak může změnit objekt. To je teorie théravádového buddhismu, théravádové *Abhidharmy*, kterou sami si můžete vyzkoušet. Jestliže se dostanete do *dhjány*, uvidíte sami. Abychom mohli objekt změnit, pozornost změnit, musíme – dá se říci – z *dhjány* vystoupit. Proto théravádová tradice vysvětluje *vipassanu*, že meditující vystoupí z *dhjány* a věnuje se vipašjanovému objektu. Proč? Protože v dhjáně díky *vitarka* – *vičára*, jelikož jejich funkce je neustálá, tak mysl splyne s objektem. A *vipašjaně* se říká *vipa šjaná* – vidění na základě rozlišení, protože mysl se může hýbat z objektu na objekt a studovat zvláštní charakteristiky všech objektů a jejich společné vlastnosti. To znamená nestálost, strast nestálosti a nejáství nestálosti. To je vipašjaná. *Vipassaná* v pojetí původního buddhismu, buddhismu žáků.

[113] Ukazuje na temeno hlavy.

Musíme tělem i myslí zažít, ne jen teoreticky, ale tělem i myslí musíme zažít toto utrpení nestálosti. Pak mysl může se odvrátit od této nestálosti a tím pádem nestálost transcendovat. Transcendovat nestálost je transcendovat svět.

Tento, jak už jsem se zmínil, vlastně popisuje proces meditace z hlediska žáků, ale přináší koncepty *bódhisattvovské* praxe, založené na vyvíjení soucitu. Bódhisattvovská praxe je založená na vyvíjení soucitu. Vyvíjení soucitu je to, co dělá praxi bódhisattvy. To znamená, že toto utrpení nestálosti a štěstí stálosti, jelikož *bódhisattva* praktikuje džhánu tak, že počitkem štěstí stálosti vyvíjí soucit nad těmi, kteří toto štěstí stálosti ještě nemohou zažít. To text jasně vysvětluje. V džháně meditující zažívá blaženost a štěstí stálosti, ale pokud objekt je objektem světským, který se dá uchopit a držet, je to štěstí též trvající dlouho, může trvat až sedm dní, jsou případy, kdy i déle, ale standardně sedm dní, bez přestání jeden pocit blaženosti. No ale pak, když mysl mentální obraz opustí, nezdravé stavy vědomí, jelikož tyto tzv. semena našich minulých chtíčů a zloby jsou hluboké v naší mysli, znovu nezdravé stavy můžou nastat. Jestliže mysl se chytá objektu nebo vůči nim vytváří odpor.

A tím pádem rovnováha znovu klesá a mysl se začíná třepat. A jelikož praxí *džhány* mysl je čím dál tím senzitivnější, no tak to třepání se stává čím více objektem toho, čeho se chce meditující jógy zbavit. Touha po tom, co trvá, právě praxe *dhjány* tuto touhu zesiluje.

Příští neděli ukončíme první dhjánu a pustíme se do druhé dhjány. A budeme se snažit trochu přibrat, trochu to stěsnat, abychom se dostali dál do textu a ocenili ho jako celek. Ale tyto informace jsou důležité, abychom to mohli udělat, proto je podáme na začátku, abychom jsme se mohli více věnovat těm aspektům textu, které jsme ještě neprobrali. Teď můžeme jít k otázkám.

> Otázka: Má dech v různých dhjánách různé charakteristiky. Jde o dech nebo o pocit?

Není pocit bez dechu, není dech bez pocitu. To jsou rozlišení, která jsou nepraktická. My děláme rozlišení, protože nám pomůžou, ale toto rozlišení nám spíše zaclání pochopení. Nemůže být dech bez počitku nebo nemůže být počitek bez dechu. Protože dech neznamená jen nádech, výdech, my též hýbeme tělem, udržujeme tělo na základě větru. A vítr je pohyb, vítr je to, co nás drží. Teď já tady sedím kvůli větru též, protože vítr mně podpírá. To je tajemství dechu. Dech je to, co námi hýbe a to, co nás podpírá. A vlastně naše mysl vytváří dech stále. Proto žijeme. To je třeba pochopit. Proto dech se nazývá, o tom jsem se zmínil, se nazývá formace těla. Naše tělo je formováno dechem. V Ánápána-samjuttě je sútra, kde Buddha ukazuje žákům - podívejte se na jógina, který sedí pod stromem, o čem medituje? Žáci odpoví - naše znalost je na základě znalosti vznešeného Buddhy, prosím vysvětlete pro nás. Medituje *ánápána-sati*. Podívejte se na jeho pozici těla. Jelikož tento meditující je *Révata*, který v *Anguttara nikája* je největší z žáků mistr *dhjány*. Může vstoupit do *dhjány* na sedm dní a zapomenout na všechno. V Jógáčárabhúmišástra šrávaka část je založena na rozboru Révata

sutta, která je ztracena, ale která je vlastně základ rozboru meditace v *jógáčára* tradici, rozboru meditace, tak jak ji provozují žáci. A *Révata* je absolutním mistrem meditace na dech. Právě proto jeho tělo je perfekt. Perfektně držené, v perfektní formě, protože se vlastně stal mistrem formací těla.

My nejsme mistři formací těla, a proto naše těla jsou pokřivená. Čili dech, z hlediska *Abhidharmy* je též formace vědomí. Bez vědomí žádný dech nemůže existovat. A tato formace vědomí vytváří naši řeč, vytváří naše tělo a též vytváří naše počitky a naše vnímání. Vše, co zažíváme je formováno. Takže my nemůžeme mít dech bez počitku. To, že si toho počitku nejsme vědomi, to je tím, že naše vědomí potřebuje *vitarku* a *vičáru*, aby mohlo objekt prozkoumat. A potřebuje vůli, aby byla k tomuto objektu vědomá. Ale neexistuje žádný počitek bez objektu počitku.

Teď meditace na dech je proces *zjemňování* dechu. Nic jiného. Jak *Visuddhimagga* jasně vysvětluje zjemňování dechu je jak schopností koncentrace jednobodovosti mysli, tak i moudrosti. Moudrostí se dech zjemňuje a koncentrací se dech zjemňuje. Ve čtvrté dhjáně moudrost a koncentrace jsou v rovnoměrném poměru, právě proto dech, počitek dechu může zmizet. Ale v našem případě, jestliže nejsme ve čtvrté dhjáně, kterou jsme zvládli, no tak kde je dech, tam je počitek. Právě proto dech je nejpříznivější objekt na *vipassanu*, protože jak buddhismus učí, měli bychom si být vědomí toho, že my se rodíme a vystáváme znovu s každým nádechem a výdechem.

Formace těla, stejně tak jako formace mysli, i formace řeči vyvstávají a zanikají v každém okamžiku. A to je náš svět.

> Otázka: Jaký je rozdíl mezi *píti a sukha*, popište tyto pocity prosím podrobněji. Zažíváme píti a sukha i mimo dhjánu? Jsou to různé druhy píti a sukha?

Výborná otázka. Tak to je. Samozřejmě tak to je. Píti a sukha, které prožíváme v první dhjáně je, jak už jsem řek, její příčinou je síla *vitarka – vičára*. Jelikož *vitarka* a *vičára* udržuje mysl u stejného mentálního objektu. Tato radost se jinak vysvětluje v severním buddhismu a jinak vysvětluje v jižním buddhismu. První vysvětlím v jižním buddhismu, pak třeba příště to bude příští úkol, vysvětlím v severním buddhismu. Tyto rozdíly se zdají jako jiný druh vidění, ale v podstatě se jedná o stejný druh vidění, stejnou skutečnost. Jenomže my používáme jiný aspekt. To je velikost buddhismu. My můžeme vysvětlit stejný jev na základě různého úhlu pozorování.

V théravádovém buddhismu vysvětlujeme príti jako stav radování se nad objektem. Stav, který povznáší objekt, který mysl povznáší. Tím, že se mysl raduje nad objektem, je objektem *pozvednuta*. Toto pozvednutí mysli v hlubokém *samádhi* je též vlastně stav, který mysl nechce. Je to jemné rozrušení. Podle *Visuddhimagga* na základě tohoto rozrušení, jestliže máme

senzitivní tělo, můžeme i létat. Rozrušení může vést i k levitaci. Čili *Visuddhimagga* dává krásný příklad. Teď si představte, že jste cestující na poušti a vidíte daleko od sebe oázu s krásnou tůní, vodou a palmami. No a tento pohled vás nadnáší, protože se těšíte, že se vykoupete a napijete se vody, co potřebujete. A pak meditující přijde do té oázy, skočí do tůně s vodou, napije se, co se do něj vejde a pociťuje chlad a smyje pot. A to je jako sukha, to je jako štěstí. Což je tělesný pocit.

Čili v *Abhidharmě* se príti vysvětluje (vlastně stejně i v sarvástivádě) jako *čétasika sukha*, jako štěstí mentálních faktorů. Štěstí mentálních faktorů, čili *saumanasja*, mentální štěstí, to je príti. A sukha je tělesné štěstí. Tělesné štěstí je založeno samozřejmě na těle. Ale tělo je ovládáno myslí. A v dhjáně, v první dhjáně tělo, tělesné počitky jsou do pozadí. To jsme se naučili. Právě proto sukha se vysvětluje jakožto naplnění počitku. Naplnění příjemným počitkem. A tento příjemný počitek je tělesný ve smyslu, že *naplňuje*, plně naplňuje všechny obsahy mysli.

V severním buddhismu, když už jsme u toho, můžeme srovnat, se vysvětluje toto štěstí, sukha, jako *prašrabdhi*[114]. Prašrabdhi je *kammaňňata*, *karmanjata* – je pliancy, to je jasnost a uvolněnost vědomí. Tato jasnost a uvolněnost vědomí je blaho. A blaho je to, co počitek plně naplní. Nic nezbývá.

A v tomto textu je to krásně vysvětleno:

Toto štěstí v první dhjáně naplňuje celé tělo vnitřně i zevně, tak jako voda prosakuje vyprahlou zemí zvnitřku i zvnějšku.

Zkušenost štěstí v *káma dhátu*, ve sféře vnímání, založené na chtíči po pěti objektech pěti smyslů nemůže prosakovat celým tělem, protože senzuální chtíč a nevole vlastně tělo spalují jako oheň.

A teď přichází srovnání, které z ágama[115], které najdete též ve Madždžhima-nikája[116]: První džhána je jako když vstoupíme do chladné vody rybníka, kde veškeré neblahé stavy jsou odstraněny (doslova – jsou odplaveny). Odplaveny tímto štěstím.

[114] Více viz Slovník

[115] ágama: soubor, oddíl, některá ze čtyř součástí druhého koše (Sútrapitaka, Suttapitaka) sanskrtského kánonu (Tripitaka, Tipitaka) sarvástivádského, jež jsou Dírghágama (Díghanikája), Madhjamágama (Madždžhimanikája), Sanjuktágama (Sanjuttanikája) a Ekóttarikágama (Anguttaranikája). Termínu ágama odpovídá v pálijském kánonu nikája, těch však je pět.

[116] Madždžhima nikája 39 (2. džhána): *Jako kdyby zde bylo jezero s pramenitou vodou vyvěrající z hlubin, které by nemělo žádný přítok z východu, ze západu, ze severu ani z jihu, ani by nebylo často napájeno hojným deštěm. Takže ten chladný zdroj vody vyvěrající z hlubin by proniknul, prodchnul, nasytil a naplnil celé jezero svými chladivými vodami tak, že by žádná část v celém tomto jezeře nezůstala nenasycena jeho chladivými vodami. Stejně tak, mniši, mnich tímto nadšením a blahem zrozeným ze soustředění pronikne, prodchne, prosytí a naplní toto tělo tak, že žádná část v celém tomto těle nezůstane nenasycena nadšením a blahem zrozeným ze soustředění.*

Nezdravým stavům vědomí se v buddhistické tradici říká též *paríláha*. *Paríláha* znamená horečka. A první *dhjána* je jako vstup do chladné vody rybníka, kde veškerá horečka přestává. To je vysvětlení textu.

Proč vyvstává? Protože v dhjáně vědomí je jasné, čisté, neklesá; nemá *laja*, není rozrušené; nemá *sanga*, nechytá se, nelapá po objektu; a není rozptýlené, nemá *vikšipta*[117]. Když vědomí neklesá, není rozrušené, nechňape po objektu a není rozptýlené, zůstává čisté. V severní tradici celý proces odstranění pěti překážek je založen na těchto čtyřech principech, které přestávají ve stavu *dhjány*. Čisté *dhjány*.

Právě proto příští hodinu, teď už nemáme čas, vysvětlím vlastně v buddhismu, v severním buddhismu, máme čtyři druhy *dhjány*.

Je zašpiněná *dhjána*, ve které meditující chňape po objektu.

Je čistá *dhjána*, kdy nechňape po objektu, nemá stav klesání, rozrušenosti a rozptýlenosti.

Je progresivní *dhjána*, kdy si je vědom těch faktorů mysli, které znemožňují perfektní balanci vědomí a snaží se je odstranit.

A pak je *dhjána*, kterou používáme k vipassaně, tzn. *dhjána* se správným rozlišením.

V severní tradici v *Abhidharmakóša* najdete tyto čtyři druhy *dhjány*.

Otázka: Prosím je možno se v dhjáně hýbat, to znamená lze v ní dělat *vipassanu*?

Samozřejmě. V théravádovém buddhismu rozlišujeme deset druhů *dhjány*. První je přístupová *dhjána* (upačára *dhjána*), par je první, druhá, třetí, čtvrtá *dhjána* v jemných formách. Pak je první, druhá, třetí, čtvrtá *dhjána* v neforemnosti. A pak je vipassanová *dhjána*, která může na základě síly vědomí, které je síla stejná jako upačára *dhjána*, přístupová *dhjána*, může rozlišit podle pravdy specifickou vlastnost objektu. Co je specifická vlastnost objektu? Tvrdost země, koheze vody, teplota ohně, pohyb větru, přijmutí objektu, počitek, obraz objektu, vnímání atd. To jsou specifické vlastnosti fenoménů. A na základě poznání specifických charakterů fenoménů pak studuje jejich společnou vlastnost, což je nestálost. A nespokojenost, která pochází z nestálosti a nejáství nestálosti. A to je vipassanové *samádhi*.

V severní tradici, o tom ale budeme mluvit později, vlastně, jak už jsem se zmínil, zdůrazňujeme spojení aspektu jednobodovosti mysli a správného rozlišení na základě prašrabdhi. V prašrabdhi se spojuje šamatha s vipašjanou. Právě proto zde též sukha je vysvětlované jako prašrabdhi, jako *karmanjata*, jako jasnost a uvolnění. Na základě jasnosti a uvolnění my můžeme *spojovat* aspekt *šamathy* a vipašjany.

---

[117] vikšipta: viz Slovník

Z hlediska théravády samatha a vipassaná nebude rovnoměrně spojena, pokud objekt není objekt nadsvětský. V Dhammapadě je verš: …

> Není džhána bez moudrosti, není moudrost bez *džhány*. Ten, kdo má moudrost a džhánu, ten je v blízkosti nirvány.

A to se vysvětluje v jižním buddhismu: v blízkosti nirvány můžeme být jedině na základě lókuttara džhána, jedině na základě nadsvětské *dhjány*.

V severním buddhismu se učíme spojovat aspekt jednobodovosti vědomí a správného rozlišení na základě *prašrabdhi*, na základě uvědomělosti, která přináší uvolnění a jasnost.

Čili severní buddhismus vysvětluje proces *vipassany* jakožto prodlévání ve stavu prašrabdhi a mysl v tomto stavu *studuje* jednobodovost vědomí. Studie vědomí jakožto *základ* všeho, co vnímáme. Meditující praktikuje *vipassanu* v džháně, ve stavu jasnosti a uvolnění.

V jižním buddhismu vystoupí z *džhány*, aby praktikoval *vipassanu*. Vystoupit z *džhány* ovšem neznamená, že jeho objekt není objektem *džhány*. Jeho objekt zůstává objekt *džhány*, ale jeho vědomí se může hýbat z jednoho objektu na druhý. Ve stavu *džhány* striktně řečeno vědomí *splývá* s objektem. Tak je vlastně blokováno od pohybu. A jestliže jsme blokovaní od pohybu, nemůžeme praktikovat *vipassanu*. My jsme blokovaní od pohybu tím, že *vitarka* – *vičára* zůstává u jedno objektu. Ale abychom praktikovali vipašjanu, též bez vitarky a vičáry, která má sílu, nemůžeme praktikovat vipašjanu. Ale můžeme se hýbat z objektu na objekt a to se děje též na základě vitarky a vičáry. Právě proto vipassaná nemůže ztratit z hlediska jižního buddhismu *vitarku* a *vičáru*, od druhé *dhjány vitarka* a *vičára* mizí. *Vitarka* a *vičára* se stává překážkou k pročištění *dhjány*. Ale ve vipassaně potřebujeme nutně *vitarku* a *vičáru*, abychom přenášeli mysl z objektu na objekt a správně ho rozlišili podle jeho vlastních a společných vlastností, jeho nestálosti a nejáství, které nestálost definuje.

> Otázka: Co to znamená položit vědomí rovnoměrně na objekt?

Že ty faktory vědomí, které vědomí formují jsou v rovnoměrnosti. V *théravádě* se to vysvětluje obzvláště pět pozitivních smyslů, sati, *samádhi*, *paňňá*, *virija* a *šraddhá* – jsou v rovnováze. Tzn. jestliže máme příliš úsilí a není rovnoměrné s poznáním, se *samádhi*, se sati, s uvědomělou pozorností, no tak to vede jenom k rozrušení. Jestliže máme moudrost a není vyrovnána vírou a *samádhi*, no tak moudrost vede k depresi - všechno je nejáství, všechno je přechodné, nic netrvá. Jestliže máme víru a nemáme *samádhi* a nemáme uvědomělou pozornost, no tak víra vede též jenom k rozrušení vědomí.

A jestliže tyto obsahy vědomí jsou ve stavu rovnováhy, můžeme vstoupit do *džhány*.

Jestliže máme predominantní *samádhi* a nemáme to spojené s moudrostí, s uvědomělou pozorností, tak *samádhi* vede jenom ke klesání vědomí. Protože *samádhi* je hluboká mysl a

hluboká mysl klesá. Jestliže máme jenom víru a není spojená s porozuměním, tak víra též je jenom rozrušení.

A kdo drží tyto smysly, které tvoří pozitivní vědomí pohromadě a v rovnováze? Je to znova uvědomělá pozornost, sati. Sati je základ rovnováhy. Jestliže mysl má sati, nemrská sebou. Když sebou mysl nemrská, může držet moudrost a jednobodovost a víru a vírija – úsilí ve stavu balance, ve stavu rovnoměrnosti.

Pak pozitivní stav vědomí zůstává. A mysl může buď objekt proniknout, aniž by na něm lpěla, pozorovat utrpení, aniž by trpěla. Nebo být v čisté radosti, podle přání.

(7. část)

Posledně jsme skončili u první *dhjány*. Myslím, že jsme se dostali skoro na konec. Ještě poslední odstavec jsme neprobrali. A ten poslední odstavec teď já se budu snažit držet více textu.

Poslední odstavec říká, že ten, kdo chce dosáhnout první *dhjány* může používat mnoho rozdílných objektů. A dává jako příklad *buddhánussati*[118]. Ale je pravděpodobné, že zde nemyslí buddhánussati tak, jak se praktikuje v théravádové tradici, ale protože Kumáradžíva je překladatel Amitájus sútra atd., je možné, že zde se jedná, k tomuto komentáři není žádné vysvětlení, že se jedná o meditaci na buddhu Amitábhu a tedy na *mnoho* buddhů. Buddha Amitábha je jeden z mnohých buddhů, je buddha země Sukhávati[119], která je na západě. Ve všech směrech je nekonečně mnoho buddhů.

Dále *ašubhabhávaná*, tedy kontemplace nečistého, *mettá* atd. Tradičně v severní tradici a též v *théravádě*, alespoň v té tradici, v ním jsem já byl vyškolen je základ po meditaci hlavně *asubha a ánápána*. *Asubha* v tradici je pro *rága čarita,* pro ty, kteří jednají hlavně na základě chtíče. A ánápána je pro *dršti čarita*, kteří jednají na základě názoru, který mají na věci. Měli bychom vědět, že v buddhismu, jakékoliv držení názoru též může být překážkou v meditaci. To je třeba si uvědomit. Ale ze začátku bez správného názoru nemůžeme meditovat správně. Ale nakonec každý názor, na který meditující ulpívá se stává překážkou.

V Milindapaňha, text který je obzvláště populární v théravádové tradici, je psáno, že velký jógin je jako slunce. A jeho paprsky jsou všechny ty *kammatthány*, objekty meditace, které ovládá. Jestliže chceme praktikovat cestu bódhisattvů, pak mluvíme o nekonečném množství objektů *samádhi*. Neb všechny objekty se stávají objekty takovosti.

V théravádové tradici máme 38 nebo 40 (ve *Visuddhimagga*) objektů, které dodnes jsou běžně používané učiteli meditace a dodnes je to živá tradice. Čili dobrý meditátor by měl vlastně zvládnout aspoň třicet, kromě těch deseti meditací na různé druhy mrtvol, které dneska už nejsou tak lehce k nalezení.

A text říká, což je důležité, že na základě ovládnutí mnohých kammatthán, mnohých objektů meditace, je třeba si uvědomit, že v buddhistické tradici, jak objekt *šamathy*, tak objekt *vipassany* se nazývá *kammatthána*. Na *šamathu Visuddhimagga* ma 40 *kammatthána*, na *vipassanu* pak jsou to specifické vlastnosti objektu, jakožto tvrdost země, koheze vody, teplota ohně atd. a v případě mentálních faktorů přijetí objektu jako příjemného, nepříjemného, neutrálního, jakožto *védaná*, jakožto počitek atd. Toto jsou specifické charakteristiky objektu,

[118] Rozjímání o Buddhovi

[119] Sukhávati: „blažená“, tzv. západní ráj, čistá země na západě, jedna z nejvýznamnějších buddhovských zemí v mahájáně. Vládne jí buddha Amitábha.

které za *každých* podmínek zůstávají stejné. Jestliže máme pocit, je to vždycky k objektu, jestliže se dotkneme tělesa, dotkneme se ho vždy, protože má tvrdost, měkkost atd., protože má teplotu, oheň atd., proto se ho můžeme dotknout.

No a pak rozlišením specifických objektů meditující může rozlišit jejich společné vlastnosti, což je právě nestálost, strast nestálosti nejáství nestálosti.

V tradici meditace na základě Abhidharmy, ve které jsem vyškolen, a v severní tradici stejně tak, základ poznání *šamathy* je pak alespoň dva objekty, *ánápána a asubha*, v našem případě zde máme pouze *asubha* neboť chtíč je základem pro všechny tzv. *akusala*[120]*-vitakka*[121], všechny nezdravé myšlení. A pak *ánápána*[122], což je vlastně základní objekt vstupu do praxe čtyř základů bdělé pozornosti.

No a pak *čattu-vavatthána*[123], analýza čtyř elementů. A analýza čtyř elementů je tradičně jak severní tradici, tak v jižní tradici pro žáky, kteří se chtějí stát arahaty, je vlastně vstup do *vipassany*. Vstup do *vipassany začíná* rozborem tělesnosti. Sútry vysvětlují, jelikož my bytosti jsme brali od času bez začátku vědomí jako své já, proto si představujeme vědomí jakožto něco, co stojí. Ale tělo každý vidí a může přijmout fakt, že tělo je v procesu změny. My jsme nebyli stejní před deseti, dvaceti, třiceti lety, tzv. když jsme nebyli stejní před třiceti lety, pěti lety, jedním rokem, měsícem, pak můžeme přijmout i to, že tělo je v procesu změny. A my nemůžeme poznat tělo bez vědomí a tím pádem můžeme přijmout, že i vědomí podvědomí jsou též v procesu změny. A to, co je v procesu změny, nemůže být já. To je klasický přístup k meditaci, která nacházíme jak v tradici žáků v severním buddhismu, v sansktské tradici, tak i v théravádové tradici.

Teď ale text zdůrazňuje, že jestliže máme mnoho objektů *dhjány* vede to k čemu? Vede to k tomu, že daleko snadněji dosáhneme *vipassany*, dosáhneme moudrosti. To je důležité zde, spojíme to potom obzvláště ve vysvětlení textu pro *arúpa džhána*, pro *džhány* do neforemnosti. *Džhány* můžeme používat, a též se to dělá, jakožto vlastně džhána a moudrost se spojuje v jedno. V severní tradici se zdůrazňuje, že džhána a moudrost je jeden proces, v jižní tradici se zdůrazňuje, že meditující vystoupí z *džhány*, aby praktikoval *vipassanu*. V severní tradici pak, obzvláště v tradici *jógáčára* ve stavu prašrabdhi, ve stavu jasnosti a uvolnění, meditující pak kontempluje obsah jednobodové mysli. A tím *spojuje* proces *vipassany* a *šamathy* v jeden celek. Jestliže se mysl nehýbe je to šamatha. Jestliže se hýbe, je

---

[120] akusala: ‚neprospěšné‘ (‚zlé‘ či ‚neblahodárné‘), jsou všechny karmické záměry (kamma-čétaná), vědomí a mentální faktory s ním spojené, které jsou doprovázeny buď chtivostí (lóbha) nebo nenávistí (dósa) nebo jen zaslepeností (móha). Všechny tyto jevy jsou příčinami nepříznivých karmických důsledků a obsahují zárodky nešťastného určení či znovuzrození. (Nyanatiloka Thera: Buddhistický slovník)

[121] akusala-vitakka: ‚neprospěšné myšlenky‘, jsou definované pod akusala. V M. 20 se uvádí pět způsobů jejich překonání: změnou předmětu, uvážením neprospěšných důsledků, nevěnováním pozornosti, analýzou, potlačením. (Nyanatiloka Thera: Buddhistický slovník)

[122] ánápána-sati: „sledování nádechu a výdechu“.

[123] čatu-dhátu-vavatthána: analýza čtyř prvků“.

to vipašjaná. Tento přístup existuje v severní tradici a tento přístup též je vlastně základem pochopení meditace v tzv. mahájánové tradici, v cestě bódhisattvů.

Kumáradžíva v jeho překladu Pradžňápáramitá šástra, traktátu vysvětlujícího význam velké sútry transcendentální moudrosti říká, že šamatha a vipašjaná je jako dvojkolka, jestliže jedno kolo je silné a druhé kolo je slabé, nemůže dorazit k cíli. Obě kola musí být stejně silné, jedině pak je možné dorazit k cíli. A cíl je, samozřejmě, probuzení. Ať už probuzení žáků, probuzení buddhů pro sebe i probuzení dokonalého buddhy, kde tato rovnoměrnost moudrosti a koncentrace je dovedena do perfekce, stává se *páramí*.

Praxe druhé dhjány

Kumáradžíva

Pokud meditující dosáhl prvního pohroužení dhjány, měl by se snažit přejít k druhému pohroužení. Pokud je [meditační] cesta sužována[124] nákazou (rakovinou), uvažuje se o působícím a udržovaném myšlení jako o odpudivých (jako o nemocech, vředech, nádorech atd.) ve fázi dhjány[125] souvisejícím s druhým pohroužení. Stejně jako ve sféře vnímání ovládané pěti smysly [káma dhátu] rozptyluje mysl pět tužeb a pět překážek, tak i *působící a udržované myšlení rozptyluje* a obtěžuje soustředění v prvním stupni dhjány. Je-li cesta meditace prostá nákazy[126], meditující, aby mohl opustit první pohroužení, použije své čisté (neposkvrněné) první soustředění, aby vyloučil nedostatky.

> Otázka: Pokud mohou pouta rušit mysl i v prvním pohroužení, proč jsou ve druhém pohroužení [jako rušivé faktory] uváděny pouze *působící a udržované myšlení*?

Odpověď: Pouta[127] v prvním pohroužení jsou *působící a udržované myšlení*. Proč? Jelikož člověk dokáže dovedně používat *působící a udržované myšlení* (v meditačním objektu prvního pohroužení dhjána), připoutá se k nim. Proto lze *působící a udržované myšlení* také nazvat pouty. Pro meditujícího, který právě dosáhl prvního pohroužení, neexistuje žádné jiné připoutání. Kromě toho, pokud meditující před dosažením prvního pohroužení neuvažoval o (nebezpečí) velkého vytržení, zničí to jeho soustředění[128]. Protože [*působící a udržované myšlení*] jsou pro soustředění škodlivé, měly by se proto nejprve opustit. Kromě toho je třeba *působící a udržované myšlení* opustit, chce-li člověk vstoupit do hlubšího soustředění druhé dhjány. Je to opuštění malého prospěchu za účelem velkého prospěchu. Je to jako vzdát se malého štěstí v říši touhy, abychom dosáhli velkého štěstí [ve vyšších oblastech].

---

[124] Sásrava márga,有漏道 viz A.K. kap. 8, verše 15, 20, 21 atd. a kap. 8, verš 9, kde je sásrava vysvětlena jako součást pěti druhů tělesných pocitů; pozn. překl. Dwarika Sastri, 1145.

[125] Samantaka=jin fen 近分 , viz A.K. kap. 8, verš 3 se Sphutártha com. ed. Swami Dwarika Sastri.Varanasi, 1987: 1131. Výraz bian di 邊地 zde použitý, může mít dva významy, buď stadium sousedící s další dhjánou, jak je zde použito, nebo nejvyšší dosažení soustředění, které není ani vnímáním, ani nevnímáním, jako přechodné stadium k realizaci nadpozemského objektu, což je cesta bez nákazy [anásravamárga 無漏道]. Viz například Da cheng yi zhang 大乘義章 , CBeta 0719a22 . V Abhidharmahrdaja je zmíněn pouze jeden druh samantaky 近分 pro všech osm dosažení.

[126] Anašravamárga, tedy vykořenění nečistot, tamtéž 大智度論卷 20 Vysvětluje dva druhy dhjány, čistou a neposkvrněnou; 清 , 無漏 .

[127] Pouta - samjodžana se obvykle překládají jie 結 nebo shi 使, zde obojí dohromady, přičemž je nelze chápat technicky ve smyslu devíti nebo deseti pout, ale ve smyslu překážek obecně. Běžně používané ranými překladateli, viz například Samyuktābhidharmahṛdaya, tr. Bart Dessein. Motilal Banarsidas: 1. část: 221.

[128] Jue 覺 a guan 觀 obvykle označují *působící a udržované myšlení,* vitarka a vičára, zde však musí znamenat kontemplaci obecně.大智度論卷 23; *působící a udržované myšlení* jsou příčinami samádhi, ale také rušivými faktory samádhi. Jsou jako větry, které způsobují, ale také ruší déšť.

Otázka: Vysvětlil jste pouze, že *působící a udržované myšlení* musí být opuštěno. Proč nevysvětlujete trápení [v první dhjáně]?

Odpověď: Užité a trvalé myšlení, pokud jde o první dhjánu, znamená dovedné používání *působícího a udržovaného myšlení*. Připoutanost a další trápení v první dhjáně se také nazývají *působící a udržované myšlení*. Protože neumělé používání *působícího a udržovaného myšlení* brání vstupu do druhé dhjány, je výhodné je odstranit. Obratné používání[129] *působícího a udržovaného myšlení* způsobuje, že meditující mysl přebývá ve štěstí; proto je třeba *působícím a udržovaném myšlení* v každém případě odstranit. Člověk by měl zkoumat a rozjímat tímto způsobem:

Vím, že špatné užívání působícího a udržovaného myšlení je skutečným lupičem (hluboké koncentrace). Obratné používání působícího a udržovaného myšlení se jeví jako dobré; je však lupičem, protože mě připravuje o větší užitek. Měl bych se snažit pokročit dále, abych vymýtil obě [dovedné i nedovedné působící a udržované myšlení]. Působící a udržované myšlení jsou dráždivé, jako zvuky obtěžující člověka, který je unavený a přeje si spát. Proto se meditující snaží dosáhnout druhé dhjány jejich odstraněním. Lze je přirovnat k větru a bahnu, které kalí průzračnou vodu do té míry, že není vidět obraz obličeje. Pět smyslových tužeb říše tužeb jsou podobné bahnu, které zakaluje vodu. Působící a udržované myšlení rozrušuje mysl jako vítr, který rozvíří vodní hladinu. Když jsou odstraněny, člověk zakouší[130] vnitřní sebedůvěru a vstupuje do druhé dhjány, která je bez působícího a udržovaného myšlení, s nadšením a potěšením, zrozeném ze soustředění.

Otázka: Jaké jsou vlastnosti druhé dhjány?

Odpověď: Jak vysvětlují písma, když *působící a udržované myšlení*, bez ohledu na to, zda je prospěšné, nebo[131] nevymezené, neboť tyto myšlenky nepohybují myslí, člověk získává vnitřní sebedůvěru a čistotu. Tuto vnitřní sebedůvěru (druhé dhjány) lze přirovnat ke hvězdám, měsíci a horám odrážejícím se v průzračné tiché vodě bez vln.

Tato sebedůvěra (jistota) a čistota se nazývá ušlechtilé mlčení mudrců. I když třetí a čtvrtá dhjána se rovněž vyznačují utišením *působícího a udržovaného myšlení* zaniká, nicméně vzhledem k tomu, že příčiny řeči [v podobě *působícího a udržovaného myšlení*] byly nejprve odstraněny ve druhé dhjáně, nazývá se mlčením[132]. Protože tyto příčiny řeči byly nejprve odstraněny ve druhé dhjáně, nazývá se mlčením. Protože příčiny řeči byly odstraněny získáním druhého pohroužení, nazývá se mlčením zrozeným ze soustředění. Ten, kdo ho dosáhne,

---

[129] Doslova, dobré použití na rozdíl od špatného použití.

[130] Adhjátmasamprasáda 內心清淨 , A.K. kap. 8 verš 8, 9, vyd. Dwaraka Sastri, 1148.

[131] Avjákrta

[132] M.N. 44, 399, pro vitarka a vičára jako verbální útvary. První dhjána vzniká odloučením od smyslových tužeb 離欲生, zatímco druhá dhjána se považuje za vzniklou ze samádhi 定生 . Viz 大智度論 75. kapitola.

dosáhne jemnějšího vytržení a štěstí, které předčí první dhjánu. V první dhjáně vytržení (rapture) a štěstí pramení z odloučení od smyslových tužeb. Zde [ve druhé dhjáně] bude pramenit z [vyššího] soustředění první dhjány.

> Otázka: Druhá dhjána také vzniká z odloučení [vivéka] od pout jako u první dhjány, proč se tedy nenazývá vzniklou z odloučení (jako první dhjána)?

Odpověď: I když druhé pohroužení vzniká z odloučení od pout, jeho soustředění je větší, proto se nazývá vzniklé ze soustředění. Kromě toho, když se říká, že (první dhjána) vznikla z odloučení, myslí se tím odloučení od říše touhy. Navíc odloučení od touhy znamená odloučení od říše touhy. Když se říká odloučení v první dhjáně, neznamená to opuštění sféry jemných forem [rúpa dhátu]. Proto se [druhá dhjána] nenazývá zrozená z odloučení. To jsou vlastnosti druhé dhjány.

Bhante Dhammadípa

A teď může jít do druhé *dhjány*. Jak jsme se zmínili, první *dhjána*, tu meditující získá tím, že zesiluje pět faktorů první *dhjány*, o kterých jsme mluvili. Jestliže tyto faktory zesílí, nedovolí vyvstání akusala vitakka, nedovolí vyvstání nezdravého myšlení založeného na chtíči, odporu či nevědomosti. No a tím pádem vlastně meditující se může *izolovat* od sféry *káma dhátu,* od sféry vnímání, poznání založené na chtění pěti objektů smyslů, proto se jmenuje káma dhátu - element poznání založen na káma, na chtění, chtíči.

No a opustí káma dhátu a vstoupí do tzv. *rúpa dhátu*. Rúpa dhátu je vnímání, poznání založené na jemných formách. Dle učení *Abhidharmy* moudrost v rámci káma dhátu, v rámci vědomí, které je motivováno chtěním nebo chtíčem vůči pěti *káma guna*, pěti objektům smyslů, může provozovat jen malou moudrost, *paritta paňňá*. Vědomí, jehož objektem jsou jemné formy či bezforemné objekty, může provozovat velkou moudrost. No a vědomí, jehož objektem je nirvána může provozovat nekonečnou moudrost.

A teď, v rámci studia *dhján* máme objekty, též nekonečné objekty se učíme. *Kasina*[133] je též nekonečný objekt, *krtsna ájatana*, tzn. objekt totality. Jestliže meditujeme na červenou barvu,

---

[133] kasina: je to název čistě vnějšího prostředku, který slouží k dosažení a rozvoji soustředění mysli a k dosažení čtyř pohroužení (džhána). Cvičení s kasinami spočívá v soustředění plné a nerozrušené pozornosti na visuální předmět, který je ‚přípravným obrazem' (parikamma-nimitta). Může jím být například barevný či hliněný kotouč, vodní nádrž v určité vzdálenosti atd. Po nějaké době bude meditující schopen vnímat i se zavřenýma očima mentální obraz původního předmětu, který se nazývá ‚získaný (naučený) obraz' (uggaha-nimitta). Věnuje-li pak nadále pozornost tomuto obrazu, může vyvstat odpovídající jednotný a neměnící se obraz (patibhága-nimitta) a spolu s ním je dosaženo přístupového (sousedícího) soustředění. Když pak stále setrvává v soustředění na tento

můžeme si rozšířit horizont červené barvy do nekonečna. A zase ho vtěsnat do malého prostoru, do jednoho bodu. A z jednoho bodu zase do nekonečna, z nekonečna zase do jednoho bodu. To je trénink, kterým prochází vlastně každý, kdo se učí meditaci v tradici šamatha. Kdo se chce stát *kammatthána áčárja*, kdo se chce stát učitelem meditace. Toto je základní trénink. Koncentrace se většinou učí na základě deseti kasin.

A pak máme meditaci na *brahmaviháry*[134]. Objekt brahmavihár sice v základním buddhismu jsou bytosti a bytosti nemůžou, stejně tak, jako objekt *asubha*, jsou též bytosti, jestliže objekt jsou bytosti, na základě bytosti nemůžeme dosáhnout probuzení. Protože z hlediska pravdy nejvyšší žádná bytost neexistuje. Ale objektem brahmavihára jsou nekonečné bytosti. Právě proto mysl může pochopit svoji nekonečnou vlastnost. Podle buddhistického učení meze vědomí jsme si vytvořili my sami. Vědomí samo žádné omezení nemá. Moudrý Sokrates říká přesně to samé.

A teď jdeme do druhé *dhjány* a pokusíme se více držet textu.

Jestliže meditující dosáhl první dhjánu, měl by usilovat o to se dostat do jemnějšího stavu, což je druhá *dhjána*.

Vždy my se učíme meditaci, že z hrubšího jdeme do jemnějšího. Až poznáváme ten vlastně nejjemnější objekt, který přesahuje sféru objektu a to je nirvána, to je takovost. Objektem v buddhismu definujeme něco na co se mysl může uvázat. Proto objekt nazýváme *álambana*[135], ze sanskrtského kořene lamp, což znamená viset. Ale na objektu pravdy nejvyšší, ať to definujeme nedualisticky, jako takovost nebo dualisticky, jako nirvána, jakožto opak samsáry. Tak na takový objekt mysl pověsit nemůžeme, protože je prázdný, je bez znaků a není spojen s jakýkoliv chtíčem, protože je prázdný. To, co je prázdné, nemůže být objektem chtíče. To je paradox, který je těžko pochopit. Právě proto je prázdnota těžké pochopit. My můžeme

---

předmět, dosáhne nakonec stavu mysli, v němž je pozastavena smyslová aktivita a v němž není přítomno vidění, slyšení, tělesné vnímání ani pociťování, tj. stavu prvního pohroužení (džhána). - Deset kasin, které se zmiňují v suttách, jsou: kasina země, vody, ohně a větru; modrá, žlutá, červená a bílá kasina; kasina prostoru a vědomí. „Existuje deset kasinových oblastí: někdo vidí kasinu země – nahoře, dole, ve všech směrech, nerozrušenou, neohraničenou … někdo vidí kasinu vody – nahoře, dole…“ (M. 77, D. 33). Ve Vism. V je nazývána kasina prostoru ‚kasinou omezeného prostoru‘ (pariččhinnákása-kasina) a kasina vědomí ‚kasinou světla‘ (álóka-kasina). Úplný popis obsahuje Vism. IV–V; také Asl.Tr. I, 248. (Nyanatiloka Thera: Buddhistický slovník)

[134] Brahmavihára: dosl.: "božské stavy prodlévání"; obsah meditačního cvičení, při němž adept v sobě probouzí čtyři pozitivní stavy ducha a vyzařuje je do všech nebeských stran. Čtveřici brahmavihár tvoří: bezmezná laskavost (maitrí) vůči všem bytostem; bezmezný soucit (karuná) se strádajícími; bezmezná radost (muditá) nad osvobozením druhých od strasti; bezmezná duševní vyrovnanost (upékšá) vůči přátelům i nepřátelům. Rozvoj těchto stavů ducha umožňuje cvičícímu překonat zlomyslnost, škodolibost, nespokojenost a chtíč. - V mahájáně se brahmavihára počítají k "dokonalostem v ctnosti" (páramitá). Jsou to duševní stavy, jež *bódhisattva* potřebuje, aby mohl vést všechny bytosti k vysvobození. Provádění brahmavihár má způsobit znovuzrození v Brahmově nebi. Podle této představy se také vysvětluje jejich jméno. - Brahmavihára jsou též známy jako čtyři "nezměrnosti" (sa. apramána, pa. appamaňňá). - Sútrový text k tomuto meditačnímu cvičení zní: *»Jest čtvero nezměrností. Zde, bratři, mnich s myslí naplněnou laskavostí (soucitem, sdílenou radostí, vyrovnaností) prozařuje nejprve jeden směr, pak druhý, pak třetí, pak čtvrtý a stejně tak nahoru, dolů a dokola; a s pocitem, že se všude se vším spojil, s myslí naplněnou laskavostí (soucitem, sdílenou radostí, vyrovnaností) prozařuje celý svět, s širokou, vznešenou, neohraničenou myslí prostou nevraživosti a hněvu.«* (Cit. podle Nyanatiloka, 1976, s. 53.)

[135] Viz Slovník

pochopit koncept prázdnoty, ale prázdnota není koncept. Prázdnota je objekt, na který mysl nemůžeme pověsit, proto je prázdná.

V severní tradici, podle *Abhidharmakóša*, podle Vibhášašástra[136], rozlišujeme čtyři druhy *dhjány*. Dhjánu zašpiněnou - *sásrava dhjána*, což je *dhjána* spojená s chtíčem. Pak máme čistou dhjánu - šuddha[137] *dhjána*, *dhjána*, která není spojená s chtíčem. Pak máme dhjánu čistou, která je tzv. *sthiti dhjána*, ve které se meditující snaží zůstat na stejné úrovni *dhjány*, pouze v první dhjáně. Pak je *dhjána*, ve které meditující se snaží dostat k jemnějšímu objektu tím, že medituje hrubé tzv. apalakša, hrubé aspekty té *dhjány*, které nedovolují se stát jemnější. A pak je tzv *nirvéda-bhágija dhjána* - *dhjána*, která vede k vipassaně.

Aby se meditující dostal z hrubší *dhjány* do jemnější *dhjány*, musí pochopit to, co tu dhjánu nedělá čistou, co má apalakša – apa znamená vlastně dolů, lakša je vlastnost, to co dělá ty vlastnosti *dhjány*, něco nedokonalého. Čili meditující musí pochopit, jestliže se chce dostat z první *dhjány* do druhé *dhjány*, že *vitarka – vičára* je vlastně hrubý stav vědomí. Jak už jsem se zmínil *vitarka* je definována jako síla, která vede pozornost ke stejnému objektu, je to síla, která též vytváří řeč, jak už jsme se zmínili. A *vičára* je jemnější síla, *vitarka* je doslova síla, která opakovaně bouchá, doslova bouchá vědomím o objekt a *vičára* je jemnější síla, která dovoluje mysli neopouštět blízkost objektu. V severní tradici vlastně progres ve vipassaně je též vysvětlován na základě *vitarka – vičára*.

Nejprve meditující používá na základě prozkoumání vlastní vlastnosti objektu a společné vlastnosti objektu používá *vitarku*, aby moudře objekt pochopil, aby pronikl objektem. A pak používá *vičáru* k dokonalému proniknutí objektem.

Vitarka je definována v Abhidharmakóša jakožto rozlišení a vůle, hrubé rozlišení a vůle. A *vičára* je jemné rozlišení a vůle.

A teď z mé zkušenosti, malé zkušenosti umění meditace. Měl jsem případy lidí, kteří meditovali dvacet let *vipassanu* podle Mahasi[138] metody a byli dobře vyškoleni ve vipassaně, ale neznali *šamathu*. A přijeli do kláštera se naučit *šamathu*, a když *šamathu* zvládli, první dhjánu, *hned* po vstupu do první *dhjány* se jim *vitarka* a *vičára*, ačkoli vstup do první *dhjány* je jako vstup do nebe, nikdy člověk nezapomene první vstup do *dhjány* – tak okamžitě (to se mi stalo jenom jednou), okamžitě si uvědomili vlastně hrubost vitarky a vičáry. Jedna *vitarka* mlátí myslí o objekt a *vičára* masíruje objekt myslí. Ve slovech Abhidharmy – zakotví mysl na objektu.

Teď v druhé dhjáně není *vitarka* a *vičára*. Jak už jsme se zmínili, v severní tradici všechny důvody *dhjány* jsou rozděleny na tři kategorie. Je kategorie toho, co umožňuje dhjánu. Z hlediska první *dhjány* to je *vitarka* a *vičára*. Jelikož *vitarka* a *vičára* zůstávají u stejného objektu, systematicky a tím pádem vůle meditujícího zůstat u toho objektu je posílena a může

[136] Mahávibhášášástra Velký komentářový traktát, též Mahávibháša či pouze Vibháša; komentář ke sbírce posvátných textů Džňánaprasthána-sútra.
[137] čistá
[138] http://www.mahasi.eu/

s objektem splynout. Protože objekt stále zůstává stejný objekt. Jaký je rozdíl mezi rúpa dhátu a káma dhátu? V káma dhátu mysl s každým myšlenkovým procesem mění objekt. Ale v rúpa dhátu ve vnímání definovaném jemnými formami, mysl zůstává stále u stejného objektu. Aby mysl zůstávala stále u stejného objektu nemůže měnit mentální faktory, které jsou obsahem mysli. To je třeba si uvědomit.

Čili ve stavu *dhjány* objekt zůstává stejný a složení mysli též zůstává stejné. A tím mysl se stává silnou. Jak už jsem se zmínil, Buddha učí, že kdo se chce dostat na druhý břeh, na břeh bez mentální strasti, musí se naučit plavat. Z tohoto břehu, z břehu strasti na druhý břeh. A plavání právě přirovnává k dhjáně. *Dhjána* umožňuje, je klasický trénink v síle mysli. Bez síly mysli není možné vysvobození v žádném náboženství. Ať už věříme v cokoliv, bez síly mysli *nikdy* se utrpení zbavit nemůžeme. A klasický výcvik v cvičení síly mysli je právě v Indii cvičení *dhjány*. To není buddhistický výcvik, to je výcvik i v jiných školách, napojených na tzv. tradici šramana, tradice asketů, která vlastně dělá Indii Indií. To je specifika indické civilizace. Tradice asketů, jóginů. Když Řekové dorazili do Indie. první věc, kterou si všimli je právě tato tradice. A ovlivnila myšlení jistě stoiků a mnohých…

Čili, co je rozdíl mezi první *dhjánou* a druhou, třetí, čtvrtou *dhjánou*? První *dhjána*, jak už jsme se učili, je *vivékadža*[139], jak *Abhidharmakóša* vysvětluje, to znamená pochází, vyvstalá, narodila se doslova z izolace od chtíče a od ostatních nezdravých stavů *vitarka*, nezdravých stavů myšlení. Zde můžeme, jak už jsem vysvětlil, *vitarka* je ze sanskrtského kořene *úh*, což vlastně znamená uvažování. Tím, že uvažujeme o objektu, tím vlastně mysl vedeme k objektu. No a jestliže mysl je silná, můžeme ji *vést* dlouhou dobu, a jestliže se staneme mistry *dhjány*, pak i celé dny ke stejnému objektu.

Jestliže se dostaneme do druhé *dhjány* a výš, tyto vyšší *dhjány* se nenazývají *vivékadža*, nenazývají se *džhány*, které se rodí na základě odloučení, odloučení od chtíčů vůči objektům pěti smyslů, ale jsou to *samádhidža* – vyvstávají na základě *samádhi*, na základě jednobodové koncentrace. Samozřejmě se můžeme dostat do první *dhjány*, protože máme jednobodovou koncentraci, a protože tato jednobodová koncentrace je doprovázena těmi faktory, které tuto *dhjány* dělají blaženou. A to je, jak jsme se zmínili, príti a sukha. Čili základ *dhjány*, první *dhjány* je jednobodovost, výhoda, blaho a my se učíme dhjánu, my se učíme *šamathu*, abychom zažili čisté blaho, to je mentální blaho. A pak faktor, který umožňuje tu dhjánu, to je právě *vitarka – vičára*. Bez vitarky a vičáry se do *dhjány* nikdy nedostaneme. Ale jednou, když jsme se *dhjány* dostali, *vitarka – vičára* je rušivý faktor. A na těch rušivých faktorech *dhjány* meditující pak medituje jakožto na něčem, čeho je třeba se zbavit. Kontempluje je jako vězení, jako rakovinu, jako nádor, jako nemoc, které je nutno se zbavit, aby dosáhl jemnějšího stavu vědomí. A to je zde míněno. Čili musí jasně vidět nevýhodu, hrubost vitarky a vičáry. Pak se může dostat dál.

A aby se mohl dostat dál, musí používat čistou dhjánu a dhjánu, která, jak už jsme se zmínili, dhjánu, která touží po vyšším stavu. *Abhidharma* učí, že nečistá *dhjána* nemůže být základem jemnějšího stavu vědomí. Jedině čistou dhjánu můžeme používat ke kontemplaci hrubých

---

[139] vivékadža: zrozený v odloučení, znamená nepřítomnost pěti překážek.

faktorů a k dosažení tím pádem vyššího, jemnějšího stavu. Vyšší stav je vždy jemnější stav, to je pravda pro jednobodovost vědomí, to je i pravda pro moudrost. Vyšší moudrost je jemnější moudrost. Vyšší koncentrace je spojená s jemnějším blahem, s jemnější jednobodovostí.

Podle buddhistické psychologie kdo vede mysl v objektu? Jak můžeme objekt vůbec poznat? To je důležité pochopit. V nižších stavech vědomí, abychom objekt poznali, za prvé musíme mít vůči objektu pozornost, jestliže nemáme pozornost, mysl pozornost je přirovnána ke kormidlu, které dává lodi myšlení směr. Jestliže myšlení má směr, může se pohybovat. Jestliže směr nemá, tak se pohybovat nebude.

A aby se loď hýbala, potřebuje vesla. V nižších stavech *dhjány* potřebuje dvě vesla. Vůli a *vitarku*. Vůli a … aplikaci pozornosti k objektu. Jestliže není vůle a aplikace pozornosti k objektu, tak pak mysl se k objektu nedostane. To je třeba pochopit. Jestliže chceme chápat buddhismus, Abhidharmakóša jasně vysvětluje, že kontinuita mysli, *čitta-sampatti*, je na základě vůle. Jestliže nemáme vůle, no tak mysl k objektu nepůjde. A vůle, akumulace vůle je karma. Čili naše mysl je, ať jsme si toho vědomi nebo ne, je *formována* karmou. A u těch objektů, u kterých zůstává je formována silnou karmou, ať už je to objekt přinášející neblahý, strastný stav mysli nebo blažený stav mysli. Stejný princip. Aby mysl zůstala u objektu a aby měla *sampatti*, musí mít sílu vůle. Ale u hrubších objektů síla vůle samotné nestačí. Potřebuje si pomoci ještě vitarkou, uvažováním o objektu, hledáním objektu. *Vitarka* je to, co objekt hledá, jelikož objekt hledá, vytváří slova, vytváří řeč.

Čili tím, že si meditující uvědomuje hrubost vitarky a vičáry, může *vitarku* a *vičáru* opustit a vstoupit do druhé *dhjány*, která nemá *vitarku* a *vičáru*.

A co je důvodem druhé *dhjány*? Naučili jsme, že důvodem první *dhjány* je *vitarka* – *vičára*. A základem je jednobodovost. A výhodou je radost a štěstí. V druhé dhjáně není *vitarka* a *vičára*. Ale co je důvodem druhé *dhjány*? V buddhistické tradici vysvětlujeme důvodem druhé *dhjány* je *átma prasáda*. Átma prasáda znamená jasnost, vnitřní jasnost. Co znamená prasáda? Je vysvětlována jako *šraddhá*, jako víra. V buddhistické tradici vysvětlujeme víru jako okappanija, jako přesvědčení. Ze sanskrtského kořene klp, což znamená se aranžovat, fabrikovat a avao – dolů. My se aranžujeme s objektem tak, abychom ho jasně viděli v jasnosti. To je víra. Čili víra je to, co jasní vědomí.

A jestliže meditující opustí *vitarku* a *vičáru*, jasnost vědomí a tím pádem i víra, víra je též vysvětlována v Abhidharmě jakož prasáda, jasnost a též jako *adhimukti*, to znamená přesvědčení. Jasnost a přesvědčení. Tím, že meditující ztratí sílu *vitarka* a *vičára*, tím získává jasnost a přesvědčení a vůle sama už se nepotřebuje spoléhat na funkci síly vitarky, funkci uvažování o objektu, funkci hledání objektu. Mysl je tak projasněna, že tuto funkci nepotřebuje. A tím pádem štěstí neboli blaženost a radost v druhé dhjáně je daleko hlubší než v dhjáně první. Protože štěstí a blaženost první *dhjány* je spojena s vitarkou a vičárou a bez nich je daleko jemnější.

V buddhistické tradici a i v tradici jógy, stejně rozlišujeme *dhjány* podle príti a sukha, podle štěstí a radosti. První a druhá *dhjána* je sapritika *dhjána*, je *dhjána* s – my praktikujeme *šamathu*, praktikujeme *dhjány*, abychom zažili čistou blaženost. Co je čistá blaženost? Čistá blaženost je blaženost *rovnoměrného* vědomí. To je čistá blaženost. To znamená vědomí, které má *samskára upékša*. O tom jsme se už zmínili. Samskára upékša znamená rovnováha formací vůle. Blaženost vědomí, které má rovnováhu formací vůle je daleko, daleko hlubší a přináší daleko více uspokojení, právě proto je trvalejší, než jakákoliv jiná blaženost.

Buddhismus a jóga nepopírá blaženost, která pochází z pěti smyslů, ale tato blaženost je hrubá blaženost a nemůže trvat. Mentální blaženost je založena právě na síle rovnováhy, síle samskára upékša, síle rovnováhy, což je též faktor vědomí, síle rovnováhy formací. Dle buddhistické psychologie každá zdravá mysl, jestliže je hluboce zdravá, musí mít nezbytně tuto samskára upékša, musí mít rovnoměrnost faktorů vůle. Jestliže rovnoměrnost faktorů vůle nemá, ačkoli bude zdravá mysl, bude *hrubá* zdravá mysl. A hrubá zdravá mysl nenechá hlubokou stopu ve vědomí. Jemná zdravá mysl může nechat hlubokou stopu ve vědomí.

Čili podle učení *Abhidharmy* vlastnost víry je *okappanija*[140], což znamená, že meditující se (jógin) se aranžoval s objektem, takže jeho mysl u něj může zůstat a neběhat jinam. Právě proto víra je přirovnána k rytíři, který se postaví na čelo armády a dává odvahu druhým, druhým mentálním faktorům, které tohoto hrdinu následují. Armáda potřebuje hrdinu, abys se vyrovnala s překážkami. A tento hrdina je naše mysl jako armáda složená z mnoha faktorů vědomí. A ten faktor, který vede zdravou armádu, dle učení *Abhidharmy* je právě *okappanija*, právě víra. A chuť víry je právě jasnost. A též adhimukti, též rozhodnost. Jasnost a rozhodnost. Jelikož mysl ve vyšší dhjáně se stává jasnější a rozhodnější, proto už nepotřebuje služby vitarky a vičáry a zůstává ve stavu jemnějšího blaha u vyvoleného objektu.

Ve *Visuddhimagga* též vlastně najdeme ve vysvětlení *dhjány*, najdeme vysvětlení, že

- nejprve meditující se učí zůstat u stejného objektu.
- Jestliže zůstává u stejného objektu, získává radost v tom, co dělá, tedy v meditaci, v józe.
- Když má radost z toho, co dělá, mysl se ustálí.
- Jestliže se mysl ustálí, stává se tím, že má radost, aby se mysl ustálila, musí mít radost. Tím, že se ustálí, stává se jemnější.
- Jestliže se stává jemnější, meditující má přístup k jemnějšímu vědomí, k jemnější moudrosti.
- Jestliže má přístup k jemnějšímu vědomí, jemnější moudrosti *odpojí se* od této radosti, samskárou upékša – rovnoměrnost vůči faktorů vůle.
- A tím pádem může vstoupit do *dhjány*.

[140] okappaniya - trustworthy (?) – důvěryhodný, spolehlivý, věrohodný

Jestliže nemá rovnoměrnost vůči faktorům vůle, nemůže vstoupit do *dhjány*. A text vysvětluje, že meditujícímu se stává jasné, že jestli se neodpojí od radosti a štěstí, které prožívá, do vyšší *dhjány* se nikdy nedostane. A větší blaženost a větší štěstí nezažije.

Tak i kontemplace v první dhjáně, která je namířená na jemnější objekty, jemnější vědomí, meditující musí kontemplovat nevýhody vitarky a vičáry, cítit je jasně a též se *distancovat* od štěstí a blaženosti, kterou prožívá. Pak může jít do jemnějších stavů vědomí.

A teď máme otázku. Otázka říká: Vy jste vysvětlil, že pouze *vitarka* a *vičára* musí být jóginem opuštěna, aby se dostal výš. Proč zde nevysvětlujete též jiné tzv. *ašta apalakša*, jiné faktory, které dělají dhjánu hrubou?

A teď, jelikož čas vlastně zmizel, vysvětlím osm tzv. apalakša, osm faktorů vědomí nebo osm faktorů, které způsobují hrubost *dhjány*. Jestliže tyto faktory jsou v dhjáně, jsou cítěni v dhjáně, pak tato *dhjána* se nazývá saindža. Saindža znamená: *sa* je spolu, *indža* je s pohybem, *indža* znamená pohyb. *Dhjána*, která je s pohybem je nižší *dhjána*. Ta vyšší *dhjána* nemá pohyb, nemá pohyb, protože se zbavila osmi *apalakša*. Osmi faktorů, které dhjánu dělají hrubou.

Vstupem do první *dhjány* se meditující zbavuje mentální strasti. Vstupem do druhé *dhjány* se zbavuje tělesné strasti. Ale pozor! Vysvětlíme později, tělesná strast vlastně znamená též strast mentálních faktorů. Protože mentální faktory rozhodují, jak vnímáme tělo. V třetí dhjáně meditující se zbavuje mentálního štěstí, saumanasja. Ve čtvrté dhjáně se zbavuje tělesného štěstí. A ve čtvrté dhjáně se zbavuje nádechu a výdechu a tím pádem není nic, co by mysli dávalo tendenci k pohybu.

Jestliže chceme pochopit progres, postup v dhjáně je třeba pochopit tyto *apalakša*, kterých se meditující postupně zbavuje. *Vitarka* a *vičára* v buddhistické psychologii je to, co hýbe řečí. Proto jsou *vačí sankhára*, formace řeči. Těch se zbavuje meditující v první dhjáně. Nádech a výdech jsou formace těla. Těch se zbavuje jógin ve čtvrté dhjáně. Vnímání a počitek jsou formace vědomí. A těch se zbavuje meditující v té nejvyšší dhjáně … , dhjáně opuštění vnímání a počitku.

Teď my praktikujeme dhjánu, abychom zažili čím dál tím hlubší blaženost. A jaká je blaženost bez vnímání a bez počitků? Ta *nejjemnější* blaženost, o které se nedá říci, že je blaženost, protože přesahuje rámec toho, co normální člověk jako blaženost chápe. Stejně tak v dhjáně, dhjánu též Buddha vysvětluje jako něco, co se nedá normálním, laickým vědomím pochopit, protože první a druhá *dhjána* je *dhjána* s radostí a štěstím. Třetí *dhjána* je *dhjána* se štěstím bez radosti. A čtvrtá *dhjána* je *dhjána* bez štěstí a bez radosti. To je *dhjána* tzv. čisté *upékša*, čisté rovnoměrnosti vědomí. Proto první a druhá *dhjána* se technicky jmenuje *dhjána* se štěstím a radostí, *sappltika dhjána*, třetí *dhjána* je *dhjána* utišení a čtvrtá *dhjána*, *dhjána* blaha utišení a čtvrtá *dhjána* je *dhjána* blaha přesažení strasti a štěstí. Přesažení strasti a štěstí je *dhjána* založená na rovnoměrnosti. A tato *dhjána* založená na rovnoměrnosti, perfektní, čisté rovnoměrnosti je ta *nejčistší dhjána*. Buddha právě vstoupil do nirvány v této nejčistší dhjáně.

A to by pro dnešek stačilo, už jsme přesáhli čas a ještě necháme trochu času na otázky.

> Otázka: Lze v každém příhodném nebo vhodném objektu dosáhnout všech osmi dhján, tzn. medituji např. na 11 vlastností Buddhy nebo 32 částí těla, musí tam přece být vitarka a vičára. Jak tedy mohu jít na těchto objektech do vyšších dhján?

No samozřejmě že nemůže. To je napsáno též ve Visuddhimagga. Šest druhů anussati[141] – Buddha, dhamma, sangha, síla atd., může jenom do upačára samádhi. To je napsáno všechno v textech[142].

> Otázka: Kdysi se postupoval vstup do dhjány jako přeskočení potoka pomocí provazu visícího na stromě stojícím na jeho břehu…

To se dostaneme k tomu později. *Samantaka*[143] – aby se člověk mohl dostat z jedné úrovně vědomí na druhou, musí podle théravády projít procesem, přípravným procesem, speciální *džavana*, která je parikama v případě, že není familiární s objektem. Pak upačára, *anuloma*[144], *gotrabhu*[145] a pak přijde do *dhjány*. Z hlediska severního buddhismu tento proces je vysvětlován jako samantaka, jako přípravné stadium. Bez přípravného stadia se nikdy do *dhjány* nedostaneme. A z jedné *dhjány* do vyšší se též nedostaneme. Tento přípravný proces je též z hlediska dosažení tzv. ovocí *vipassany*. Tam též musí projít tímto procesem parikama, upačára, anuloma, gotrabhu. A pak první fala, druhá fala, třetí fala, čtvrtá fala…

> Otázka: Je v dhjáně důležitá víra?

V dhjáně je samozřejmě důležitá víra. Vždyť jsme to vysvětlili, víra je *okappanija*, což znamená musíme se s tím objektem aranžovat a musíme vůči tomu objektu mít jasnost a rozhodnost. Pak můžeme mluvit o nějaké dhjáně. Jinak žádná *dhjána* existovat nemůže. Víra neznamená slepá víra. Ale víra znamená též pochopení. To je buddhistická víra. Buddhismus nemá, alespoň v pochopení, nepřijímá slepou víru jako víru. Víra je podle buddhistické psychologie v každém

---

[141] anussati viz Slovník

[142] Nyanatiloka Thera: Slovo Buddhovo: *Čtyři stupně pohroužení mohou být dosaženy pomocí ánápána-sati, tj. bděním nad vdechováním a vydechováním i pomocí ušlechtilého čtvrtého rozjímání, bezzájmovosti, upekkhá-bhávaná a jinak. Tři ostatní ušlechtilá rozjímání, tj. přání všeho dobra všem bytostem, mettá-bhávaná, soucitu, karuná-bhávaná a spoluradosti, muditá-bhávaná, mohou vést k dosažení prvních tří stupňů pohroužení, kdežto rozjímání o mrtvole a nečistotách těla, asubha-bhávaná, vedou pouze k prvnímu stavu pohroužení. Rozbor těla a přemítání o Buddhovi, zákonu, mnišském řádu, mravnosti atd. vedou pouze k pohraničnímu soustředění, k upačára-samádhi.*

[143] samantaka: přípravná (předběžná) koncentrace.

[144] anuloma: adaptace

[145] gotrabhu: osvobození od pozemského stavu.

zdravém stavu vědomí. To je stejné v severním buddhismu, v jižním buddhismu, v mahájáně, v šrávakajáně, stejné.

Otázka: Uvedl jste, že podle jógáčáry není samádhi nutné. Jak tomu lze rozumět?

Podle jógáčáry není *samádhi* nutné? To jsem nikdy neřekl. *Jógáčára* je právě věda *samádhi*. Jak může být bez *samádhi*? V mahájáně není džhána, nemusí být nutně předmluvou k probuzení. Ale bez *samádhi* žádné probuzení nikdy nebylo. A nikdy nemůže nastat. To je nutnost. *Jógáčára*, kromě jiného je jeden z mála směrů mahájány, která právě chválí tradiční praxi *džhány*. Jógáčárabhúmišástra a též tento text vlastně si zakládá na džháně.

(8. část)

Vydáme se na cestu dál. A jak jsme pochopili, cesta *šamathy* je cesta od hrubého k jemnějšímu. To je důležité pochopit. Cesta *vipassany* je též od hrubého k jemnějšímu. A meditace je též cesta od hrubého k jemnějšímu. Až po to nejjemnější a to je právě vysvobození. Proto vysvobození těžko pochopíme, protože nemáme přístup k tomu nejjemnějšímu. Obzvláště jestliže mluvíme o cestě bódhisattvů, to nejjemnější je vlastně stav vševědoucnosti, vševědoucnosti ve všech aspektech, *sarvákára-sarvadžňátá*. A to my můžeme v to věřit, ale těžko to pochopíme, jak může být člověk vševědoucí. Ve všech aspektech poznání.

A začali jsme stejně tak jako Mahá Vibhášašástra, vlastně meditace začíná tím, že omezujeme *teršna*[146], omezujeme *tanhá*, omezujeme chtíče. Díky chtíčům, které dominují naše vědomí, my vlastně se nemůžeme odpojit. A cesta *šamathy* je odpojení, odpojení od těla, odpojení od mysli, která *vytváří* formace. My žijeme v mysli, která vytváří formace, kterým se říká sanskára. Sanskára je, že my slepujeme naši realitu dohromady. Ale realita je jedna a to je třeba pochopit, obzvláště jestli chceme studovat cestu do poznání proniknutí reality ve všech jejích aspektech.

A teď, po omezení tršna, po omezení chtíčů jsme se naučili, co nám brání v tomu, abychom se do meditace dostali. A pak jsme mluvili o pěti tzv. překážkách, které když odstraníme, dostaneme se do stavu *dhjány*. *Dhjána* první, pak jsme skončili rozborem první *dhjány*, *dhjána* je sa-*anga dhjána*. Sa-*anga dhjána* je v první dhjáně pět příčin, *anga* můžeme přeložit jako příčiny, a můžeme přeložit též jako součásti. Jestliže pět součástí, pět příčin *dhjány* vypudí pět překážek mysl se může spojit s objektem v jeden celek. A tomu se říká stav *upanidhjána*[147]. To znamená, že my můžeme meditovat o objektu zblízka.

A meditovat zblízka je vlastně jít *nad* konceptuální pochopení. A to, jak jsme probrali, je umožněno silou *vitarka* – *vičára*, což je vlastně aplikovaná pozornost na objekt a pozornost, která umožňuje neopustit blízkost objektu, jedna – jak už jsme probrali, vlastně *táhne* mysl k vyvolenému objektu pozornosti a druhá *nedovolí*, aby se od toho objektu oddálil. Jestliže tyto dvě síly, které jsou příčiny první *dhjány*, jestliže tyto dvě příčiny začnou růst do té míry, že mysl je schopná si nevšímat všech jiných objektů, než objektů pozornosti, objektu jednobodovosti, pak jednobodovost dovolí to, že stav radosti a naplnění, stav radosti a štěstí zůstává. No a pak, v tomto stavu se vědomí neboli mysl splývá s objektem.

Vysvětlili jsme též, že je jestliže se meditující dostává do *dhjány*, vlastně růst v dhjáně, my se nejprve musíme dostat do *dhjány* a pak můžeme v dhjáně růst. Růst v dhjáně vlastně vede k osvobození. Buddha vysvětluje též proces osvobození jakožto proces růstu ve vipassaně. A Buddha též vysvětluje proces osvobození jako proces růstu v dhjáně. Jestliže tyto dva procesy

---

[146] tršna (tanha): „žízeň“, touha, chtivost, choutka; jeden ze základních pojmů buddhismu. Tato žízeň je příčinou všech strastí (duhkha, dukkha), jak se praví v druhé ušlechtilé pravdě (árjasatja, arijasačča).
[147] upanidhjána: synonymum *dhjány* v *Abhidharmě*.

se spojí v jeden, to jsme vysvětlili v poslední výuce, pak tak jak vysvětluje Nágardžuna v komentáři k transcendentální moudrosti, pak jedeme rovnoměrně jako vůz o dvou kolech. A mysl se pohybuje, vlastně je nesena tak jako zkušený jezdec je nesen na afgánském koni, *ádžanijášva*, což znamená, ten kůň, který byl jeden ze sedmi symbolů světového císaře, světového vládce, jeden z nich byl právě *ádžanijášva* – kůň, který nosí jezdce a vlastně jezdec nemusí nic dělat. Kůň vycítí, co jezdec chce.

Vysvětlili jsme též, že růst ve dhjáně je odstranění tzv. osmi *ašta apalakša*. Jestliže se dostaneme do *dhjány*, stále ještě jsme konfrontováni s vlastnostmi, které čistotu *dhjány* a perfekci *dhjány* omezují. Těm se říká *apalakša*. *Apa* znamená doslova dolů a *lakša* znamená vlastnost. Mluvili jsme též o tom, že v tradici jógy, stejně tak v buddhismu, který je s touto tradicí spojen, v tradici jógy stav osvobození je stav *samádhi*. Čistého *samádhi*. Čisté *samádhi* je *samádhi* ve kterém všech faktory, které dělají mysl zdravou jsou v perfektní rovnováze. Obzvláště jednobodová koncentrace a moudrost. Toto je stav *samádhi bez* apalakša a stav *samádhi* jakožto vysvobození.

Mluvili jsme též o tom, že vyčištění *samádhi* je vyčištění vlastně mysli od formací. My, pokud nemáme osvobození, my vlastně formace sbíráme. Ať už zdravé formace nebo nezdravé formace. Sbíráme formace. To je stav světského vědomí. Ve stavu *dhjány* a v krystalizaci *dhjány*, aby se stala úplně čistá, aby se stala osvobozením, se *zbavujeme* formací. To znamená, že mysl jde do stavu bez formací. Co je stav mysli bez formací se nedá pochopit. Ale dá se o tomto stavu kontemplovat.

Dnes budeme probírat druhou dhjánu. Jestliže opustíme první dhjánu a dostaneme se do druhé *dhjány*, opouštíme, jak už jsem říkal, *vitarku* a *vičáru*. Opouštíme mysl, která táhne vědomí k objektu, a která nedovolí, aby blízkost objektu opustil. Tyto dvě síly se v *Abhidharmakóša* vysvětlují jakožto *mati a čétana*. Mati znamená rozlišení a čétana znamená vůle. Jestliže tyto síly nedorostou, my se do *džhány* nikdy nedostaneme. My se do *džhány* dostaneme, jestliže tyto síly – rozlišení a vůle – dorostou ve stav, který nedovolí, aby vědomí objekt pozornosti opustilo. Pak výhoda toho, kdo dhjánu má je, že jestliže mysl se do *dhjány* dostane, tento stav zanechá ve vědomí tak hluboké stopy, že může kdykoli znovu do tohoto stavu vstoupit. To je velký výhoda *dhjány*.

Jak náš text vysvětluje na konci části, která vysvětluje první dhjánu, je spojení *dhjány* s moudrostí. To jsou ty poslední věty. Čím více *dhján* poznáme, tím je lehčí používat moudrost vůči objektu meditace. Dokonce *Abhidharmakóša* říká, že ten, kdo okusí tzv. prajóga márga nebo čtyři kušala múla, čtyři kořeny, podle severního buddhismu, abychom dosáhli přímé vize objektu osvobození, ať už je to nirvána nebo prázdnota, nedualistická prázdnota jakožto takovost, jestliže chceme přímé poznání tohoto objektu, musíme projít cestou přípravy. Meditace má podle *Abhidharmy* vlastně pět stupňů.

První stupeň je sbírání náboženských zásluh nebo zásluh, abychom vstoupili do přípravné cesty, prajóga márga. Prajóga márga se vysvětluje v severním buddhismu jako čtyři základy dobra. A to pochází z Ágam, první základ dobra se jmenuje teplo, to je sútrách. Buddha tvrdí,

že ten, kdo nevidí, že veškeré světské poznání je proces a jakýkoliv proces je proces poznamenaný nestálostí. Není nic, žádný proces, který by procesem nestálosti nebyl poznamenán. Jestliže to nevidíme jasně, nejenom teoreticky, ale necítíme to celým tělem a myslí, že vše, co okoušíme je jen proces a proces je nestálost, pak nemáme tepla. Dříve vyráběli oheň, že třeli dva kameny o sebe, až vyšlo teplo. A to byl znak, že se blíží ohni.

A jestliže nemáme teplo, my žádnou realizaci nezískáme, aspoň v buddhistickém smyslu. Vše, co můžeme okusit tělem a vědomím, jakožto proces, je nestálost. Proces je nestálost. A vše, co na této zemi okoušíme, na svém těle okoušíme je proces nestálosti. Jestliže to tak pochopíme, ne teoreticky ale přímým poznáním, máme teplo. Jestliže máme teplo, můžeme pokročit v meditaci, v buddhistické meditaci. Jestliže teplo nemáme, vlastně jsme od procesu vysvobozování blokováni. To je ve všech buddhistických tradicích. I když praktikujeme tantru, musíme nejprve poznat nestálost.

A pak, po poznání nestálosti je poznání vrcholu poznání přijetí a poznání nejvyšší dharmy ve světě. Jestliže poznáme nejvyšší dharmu ve světě, mysl sama se otevře pro přímé pochopení čtyř vznešených pravd. Tomu se říká nejvyšší poznání ve světě.

A teď *Abhidharmakóša* tvrdí, že ten, kdo projde tímto procesem tří *kušalamúla*[148], tří kořenů dobra, které ho připravují na přímé poznání objektu vysvobození ve stavu *dhjány*, ten už má zajištěno, že když ne v tomto životě, v příštích životech dosáhne vysvobození. Protože cokoliv prožíváme v dhjáně, *prožíváme* silněji. Proto dhjáně se říká upanidhjána, myšlení emfaticky a zblízka. A myšlení emfaticky a zblízka je myšlení beze slov. A právě slova, podle buddhistické filosofie, buddhistické psychologie my vytváříme silou vitarky a vičáry. Musíme mít vůli a musíme objekt rozlišit, abychom použili slova, abychom použili koncepty. Jinak mysl se na konceptech neudrží. Ona se udrží na konceptech, protože používáme sílu rozlišení a vůle.

Když tato síla dorostla, pak tato síla poznání rozlišení a vůle se stává hrubou silou. A vadí. Proto v druhé dhjáně meditující nechává mysl na objektu pozornosti, ale bez, nepotřebuje už tuto sílu vitarky a vičáry. Čili on ponechává za sebou faktory, kterým se říká *vačí samskára*, formace řeči. Formace řeči už neexistují v druhé dhjáně. Proto, jak text vysvětluje, druhá *dhjána* je poznamenána moudrostí mlčení. Protože je bez *vitarka* a *vičára*.

Jak už jsem se zmínil, v buddhistické filosofii, psychologii my máme mnoho různých rozlišení *dhján*. Kromě jiného je *dhjána s vitarka* a *vičára*; *dhjána bez vitarka* a s *vičára* a *dhjána* jak bez *vitarka*, tak i bez *vičára*. A ta *dhjána*, co je bez *vitarka*, ale s *vičára*, to je tzv. mezidhjána, *ánagamja*. V severní tradici vysvětluje tuto dhjánu jako růst ve vipassaně. K vipassaně my potřebujeme *vitarku* a *vičáru*, ale v procesu vysvobozování vipassanou, bez vitarky a vičáry, my nemůže mysl osvobodit moudrostí. Ale ve vysvobozování mysli *dhjánou*, *šamathou*, *vitarka* a *vičára* se stává břemenem mysli. A to je první břemeno, které mysl odhazuje.

---

[148] kušalamúla, kusalamúla: tři „kořeny dobra“; jsou definovány negativně jako nechtíč (alóbha), nezášť (advéša, adósa) a neblud (amóha).

Ve čtvrté dhjáně, tam se dostaneme, mysl odhazuje břemeno vytváření tělesnosti, kája-samskára. Kdo vytváří tělesnost? Vítr. Dech. Jestliže chceme pochopit meditaci na dech, to je ten nejdůležitější faktor, který nutno pochopit. Meditace na dech je meditace, která je poznamenána zjemňováním dechu až do odhození břemena dýchání ve čtvrté dhjáně. To je těžké pochopit, ale toto se děje. Už v první dhjáně se dech stává jemnější a kratší, v druhé jemnější, v třetí jemnější a ve čtvrté tak jemný, že se stává prakticky nepostřehnutelný. Alespoň nepostřehnutelný v nosních dírkách.

A to je odhození břemena formací těla, kája-samskára. Protože dech tvoří tělo. Bez dechu tělo se zhroutí na stejném místě, kde je. To, co nás podpírá, to co námi hýbe, to je dech. A dech, obzvláště ve své jemné formě, jakožto prána, čchi, je vlastně základ všech procesů. I to nejjemnější se hýbe na základě této síly.

A to nejjemnější, co tvoří formace vědomí, to je co? Vnímání a počitky. Čili jestliže se meditující zbaví břemena vnímání a počitků dosáhne toho nejvyššího možného *samádhi*, kterému se říká *saňňá-védajita-niródha-samápatti*.

Mysl netvoří počitky, netvoří vnímání, ale přesto – v buddhismu je velká diskuze, jižní buddhismus zdůrazňuje to – ve stavu saňňá-védajita-niródha-samápatti existuje tělo, ale neexistuje mysl. Což severní buddhismu nepřijímá a to je důležité pochopit proč. Protože mysl je základem všech jevů. Bez mysli žádný jev nemůže existovat. A ta mysl, která je základem všech jevů, té se říká právě álaja[149]. Álaja znamená to, na čem všechno ostatní leží. Tak jako sníh leží v Himalájích, tak mysl leží v álaja. Základní mysl. A bez základní mysli není nic, ani saňňá-védajita-niródha-samápatti. A ta základní mysl je opuštění břemene tvoření počitků a vnímání. Moudrý *Šáriputra* vysvětluje jakožto největší blaho. *Šáriputra* mezi žáky Buddhy by ten největší adept *samádhi*, *saňňá-védajita-niródha-samápatti*, *samádhi* bez počitků a bez vnímání. Dokonce komentáře jdou tak daleko, tvrdí, že *Šáriputra* – generál dharmy, nikdy nepřijmul potravu, almužnu, pokud nevstoupil do *saňňá-védajita-niródha-samápatti*, aby dal dárci tu největší zásluhu. Protože toto *samádhi* ze všech *samádhi* v buddhismu má tu největší zásluhu. A proč? Protože v ostatních *samádhi* objekt je nirvána nebo objekt je takovost, ale subjekt není takovost, subjekt není nirvána. V tomto *samádhi*, jelikož neexistuje formace počitku a vnímání subjekt a objekt, oba jsou jedno. Jestliže poznáme toto *samádhi*, vlastně poznáme to nejhlubší v buddhistickém učení.

Jak to použijeme závisí na naší motivaci. Jak praktikujeme též závisí na naší motivaci. Jestliže máme motivaci skončit se samsárou, tak pak se staneme buddhy-žáky. Jestliže máme motivaci stát sám probuzen, v jednom procesu myšlení, nezávisle na učení a vlastním poznáním, tak pak se staneme pratjéka-buddhou. A jestliže sami poznáme to nejvyšší s motivací pro dobro

[149] álajavidžňána: dosl. „zásobové vědomí“, základní pojem jógačárové školy mahájány, jež v něm spatřuje základní vědomí všeho bytí, podstatu světa, ze které povstává všechno, co existuje. Skrývá v sobě zkušenosti jednotlivých životů a zárodky každého duševního jevu. Více viz Slovník

všech bytostí, s motivací poznat, že individuální osvobození není z hlediska absolutní reality možné, pak se staneme perfektním buddhou.

Čili čím se staneme závisí na motivaci. Ale saňňá-védajita-niródha-samápatti už žádná motivace není, protože není žádné vnímání, žádný počitek. A něco právě z tohoto poznání meditující pozná ve čtvrté dhjáně. Proto čtvrtá *dhjána* v severní tradici se nazývá nirvána sadriša[150], to znamená podobná nirváně. A proč je čtvrtá *dhjána* podobná nirváně? Protože ten, kdo se nachází ve čtvrté dhjáně, ten se zbavil všech apalakša, všech vlastností, které čistotu *dhjány* omezují. A to jsou jaké vlastnosti? *Vitarka*, *vičára*, tělesná strast a mentální strast, první mentální strast zanikne v první dhjáně, pak tělesná strast zaniká v druhé dhjáně – tak vysvětluje *Abhidharma*. Pak ve třetí dhjáně ztrácíme radost, radost je též faktor, který *omezuje* čistotu *dhjány*. Ve čtvrté dhjáně pak štěstí.

Ovšem my meditujeme *šamathu*, abychom zažili čisté štěstí. A co je čisté štěstí bez štěstí nemůžeme vysvětlit. Proto Buddha sám říká, to je v sútrách, v ágamě – jakýsi novic se hádá s princem, synem Bimbisáry[151] a ten princ tvrdí, že stav *dhjány* není možný, že něco takového člověk nemůže zažít. A mladý novic, který tento stav zažil s ním argumentuje, že on sám to zažil a že to je možné zažít a jestli se meditující snaží, může to též zažít. A Buddha mu říká, že je hloupé se s někým hádat o něčem, co se nedá vyjádřit slovy. Proto stav čtvrté *dhjány*, štěstí bez štěstí, se též slovy nedá vyjádřit. Co je štěstí bez štěstí? Nazývá se to štěstí *odpojení*.

Dhjána se vyčistí od vlastností, které ji dělají neperfektní právě štěstím *odstranění* všech počitků. Ovšem ne všech počitků, všech počitků, kromě počitků neutrálních. Ve čtvrté dhjáně existuje neutrální počitek, *aduhkhásukha*. A *aduhkhásukha* - neutrální počitek písmo vysvětluje jakožto blaho pro moudré a strast pro hloupé. Blaho pro moudré je blaho neutrálního počitku. Co znamená neutrální počitek? To znamená počitek, ve kterém není místo na ulpívání. V první, druhé, v třetí dhjáně je místo na ulpívání. Ve čtvrté dhjáně není místo na ulpívání. Jak tělesné, tak i mentální, příjemný a nepříjemný počitek tam nejsou. Proto počitek je čistý. Čistý počitek je neutrální počitek. To znamená, že mysl nemá místo pro jakoukoliv tendenci k ulpívání na počitku. To místo v mysli není. A když není místo na ulpívání na počitku, to je stav vysvobození.

A tím vlastně, jestliže meditujeme na dech, tak ve čtvrté dhjáně jsme zvládli meditaci šamatha na dech a můžeme se věnovat vipassaně v mysli, která je *připravená* na to nejvyšší poznání. V nejvyšším poznání též není místo na ulpívání na počitku. A když není místo na ulpívání na počitku, to je stav vysvobození. Ať už pro žáka, tak i pro buddhu pro sebe, tak i pro perfektního buddhu. V tom jsou všichni adepti těchto tří cest buddhové. Protože dosáhli tohoto stavu, ve kterém není místo na ulpívání na počitku. To neznamená, že nepociťují příjemné počitky a nepříjemné počitky, ale v jejich mysli není místo na jejich užívání.

---

[150] sadriša (sanskrt): jako, podobný

[151] Bimbisára: vlastně Šrénika (Sénija), král magadhský v době Buddhově; vládl v letech 545/4-493 př.n.l. Když mu bylo kolem třiceti let věku, stal se bratrem laikem a věnoval mnišské obci bambusový háj Vénuvana či Jaštivana. Bimbisáru uvrhl do hladomorny jeho syn Adžátašatru (Adžátasattu).

Proto v severní tradici rozdělujeme, abychom chápali též ten konec té části textu, která vysvětluje první dhjánu, na konci textu najdeme napojení na moudrost. Napojení na moudrost v dhjáně je právě co vysvětlujeme jako že, mysl studuje jednobodové vědomí. To je napojení na moudrost. Podle Abhidharmasamuččaja od Asangy[152] jestliže se mysl nehýbe je to *samádhi* takovosti; jestliže se mysl hýbe, ve stavu *dhjány*, pak je to *samádhi vipašjaná*. A meditující zažívá tyto dva druhy *samádhi* v jednobodovém vědomí. Proto není místo na jeho zašpinění.

Jestliže chceme poznat praktiku vysvětlenou v severním buddhismu, praktiku bódhisattvy, toto je ona praktika.

Proto Abhidharmakóša vysvětluje, že vlastně máme čtyři druhy *samádhi*:

První druh se jmenuje *sásvádána samádhi*. To znamená *samádhi* s *asvádána* – s ulpíváním na *samádhi*, doslova s hledáním chuti *samádhi*. *Samádhi* s užíváním jeho chuti. Takové *samádhi* podle *Abhidharmakóša* nemůže vést k moudrosti. V tomto *samádhi* je meditující doslova odříznut od aspektu moudrosti. V tom se liší buddhistické pojetí praxe *šamathy* od - aspoň takové máme vysvětlení, od jiných tradic. Buddhista se učí *samádhi*, perfekci v *samádhi*, aby se od *samádhi* mohl úplně odpojit. A tím právě dosahuje jeho perfekce. Právě proto, jak *Visuddhimagga* vysvětluje, jestliže se meditující dostane do prvního *samádhi*, stejně tak do druhého, třetího, čtvrtého *samádhi*, musí než se chce učit vyšší *samádhi*, z prvního do druhé, z druhého do třetího, z třetího do čtvrtého, z čtvrtého do arúpa, první arúpa, druhá arúpa, třetí arúpa, čtvrtá arúpa – stejný proces, musí než se začne učit druhé *samádhi*, druhou dhjánu, musí praktikovat pět tzv. *paňča vasíbhúta*, to znamená pět mistrovství v dhjáně. Pak může jít výš. Jestliže se těchto pět mistrovství v dhjáně učit nebude, no tak *Visuddhimagga* ho srovnává s krávou, která vidí nahoře zelenější trávu a ani by se zadní nohou podpírala, chce co nejdříve dorazit na to místo, kde tráva je ještě zelenější. A výsledek je, že její zadní nohy nejsou stabilní, no tak se převrátí a spadne dolů.

A pět mistrovství je, že meditující, jestliže vstoupí, se mu podaří vstoupit do *dhjány* a *dhjána* je autentická, pak v jakékoli situaci může, jelikož objekt *dhjány* v jeho vědomí zanechal hlubokou stopu, v jakékoliv situaci, kdykoliv, když je tělo v stabilnějším stavu, v chůzi to bude těžké, může znova, okamžitě, v jeho vědomí se zjeví stejný objekt, který mu pomohl do stavu *dhjány*. Když se objeví, nečeká, ale v tom okamžiku, kdy se objeví, okamžitě vstupuje do *dhjány*. A když vstupuje do *dhjány*, rozhodne se, jak dlouho v tomto stavu zůstane.

Co je stav *dhjány*? Stav *dhjány* je, že objekt pozornosti během *dhjány* nemůže zmizet. Přestože můžou nastat různé mysli, různé pocity, různé vnímání, objekt pozornosti zůstává stále stejný. Ideální stav *dhjány* je, že obsah mysli a objekt zůstává stále stejný. A tím vlastně mysl posiluje, sílí. V dhjáně, jestliže *dhjána* je autentická, ať se děje cokoliv, mysl stále zůstává spjata se stejným objektem pozornosti. Objekt se nemění, mysl se nemění, no a tím vlastně není místo na jiné myšlenkové procesy.

[152] Asanga: zakladatel a duchovní Mistr školy vidžňánaváda či *jógáčára*. Více viz Slovník

Jestliže se rozhodne, jak dlouho zůstane, no tak potom vyjde z *dhjány* aniž by na dhjáně lpěl a studuje ty faktory, které dhjánu umožňují. Tedy pět *dhjána anga* v první dhjáně. To znamená, že vidí jasně, že stav *dhjány* je též stav vytvořený. A všechno, co je vytvořené, nemůže být stav osvobození. V době Buddhy právě i učitelé Buddhy brali stav *dhjány* jako stav osvobození. Buddha nikdy s tímto vysvětlením spokojen nebyl, protože věděl, že když meditující vystoupí z *dhjány*, *stále* může vytvářet na základě různých počitků a vnímání nové stavy, výtvory vědomí, kterých se drží, a které považuje za realitu. A pak se nemůže jednat o stav vysvobození, jestliže se meditující *drží* produktu, výtvoru jeho vědomí.

A potom, po zvládnutí *dhjány*, Buddha se snažil, tak tradice vysvětluje, šest let se snažil získat stav vysvobození extrémní askezí. I to se mu nepodařilo. A pak zjistil, stejně tak jako máte v první dhjáně vysvětlení první *dhjány*, zjistil, jak spojit stav utišení mysli s moudrostí. A tím, to je obsah jeho osvobození. Tím získal osvobození, že se mu podařilo spojit stav plného utišení mysli s moudrostí.

A pak mysl se stává jako afgánský kůň. Poslouchá a cítí přesně, co třeba v dané situaci. A to je stav osvobození.

Zmínili jsme se o čtyřech druzích *samádhi*, začali jsme *sa-asvádana samádhi*, *samádhi*, kterého si meditující užívá. Toto *samádhi neotvírá* cestu k moudrosti.

Pak máme *šuddha samádhi*. Šuddha *samádhi* je *stithibhágija samádhi*, podle Abhidharmakóši. Je to *samádhi*, ve kterém vlastně meditující zůstává, nejde ani nahoru, nejde ani dolů a zůstává prostě jenom na stejné úrovni. A nesnaží se dostat na úroveň nižší a nepadá též do nižší úrovně tím, že by si tento stav užíval, že by na něm ulpíval.

Pak je *samádhi* progresivní. *Samádhi* progresivní je to *samádhi*, které *hledá* jemnější stav. To je to *samádhi*, které potřebujeme, abychom se dostali z prvé *dhjány* do *dhjány* druhé. Abychom se dostali z prvé *dhjány* do *dhjány* druhé musíme *hledat* to, co v tomto stavu první *dhjány* je hrubý faktor, co vlastně čistotu této *dhjány* omezuje. No a to je právě *vitarka* a *vičára*. *Vitarka*, jak už jsme se zmínili mlátí myslí o objekt a *vičára* je, že zakotvuje mysl o objekt. A to jsou vlastně nepříjemné stavy. Zmínil jsem se o tom, že ten, kdo hluboce praktikoval *vipassanu*, přestože se dostane poprvé do tohoto stavu blaha první *dhjány*, už cítí, jelikož je zvyklý stále pozorovat nestálost, hrubost nestálosti, strast nestálosti, právě proto může cítit okamžitě hrubost těchto jemných sil *vitarka* a *vičára*.

A co je stav *samádhi* progresivního? Že jasně meditující si uvědomuje, co je výhoda *dhjány* pro *vipassanu*. Proč ten, kdo se učí *vipassanu* ve stavu *dhjány*, může se učit daleko rychleji. Protože bez stavu *dhjány* my nemůžeme poznat základ vědomí a vlastně jak objekt *dhjány*, jak mysl jde k objektu *dhjány*. Mysl jde k objektu *dhjány* díky těmto pěti silám a neopouští tento objekt.

Tato meditace se v severním buddhismu nazývá praxe *vipassany* ve dhjáně. V jižním buddhismu se říká – meditující vystoupí z *dhjány*, aby praktikoval *vipassanu*. Ale zůstává v *upačára dhjáně*. Bez *upačára dhjány* nemůže vidět nestálost *kšanikaváda*, to znamená nestálost v každém okamžiku, všech jevů. Na to potřebuje mít stav upačára *samádhi*. Jinak to

neuvidí. Vlastně se jedná o to samé, jenom že vysvětlení je jiné. Jít z *dhjány*, praktikovat *vipassanu* nebo ve dhjáně praktikovat *vipassanu*. Když praktikuje *vipassanu*, musí použít sílu vůle a rozlišení. To je *vitarka* a *vičára*.

Jestliže *samádhi vipassany* roste už nepotřebuje *vitarku* jenom na základě vičáry udržuje mysl na vybraném objektu a studuje jeho specifické vlastnosti a jeho společné vlastnosti - nestálost, strast nestálosti a nejáství všeho, co je nestálé. V severním buddhismu nestálost, strast nestálosti, prázdnotu a nejáství. V jižním buddhismu nestálost, strast nestálosti, nejáství nestálosti a nečistotu. Zde čtyři charakteristiky všech jevů ve světě jsou vysvětleny jinak. V severním buddhismu též, a to není náhodou, je v Samjutta nikája sútra o nejvyšší prázdnotě. Proto není náhoda, že vlastně vysvětlení *bódhisattvovské* cesty byla vlastně analýza kategorií severního buddhismu. Ne jižního buddhismu.

No a čtvrtý stav *dhjány* je stav *dhjány* společné s *nirvédha* (v páli: *nibbidá*). *Nirvédha* znamená odpojení. Čili ve stavu *dhjány* meditující studuje odpojení. Možná, že jsem se zmínil, alespoň jsem se zmínil ve vysvětlení pro Bombajskou univerzitu, když učím v angličtině, že vlastně text, který studujeme, který jsem přeložil, je spojen s kašmírskou tradicí meditace. Kašmírská tradice meditace byla stará škola a nová škola. Stará škola je škola graduálního postupu meditace, tak jak ho známe v *théravádě*, nejprve *šamatha*, pak zkoumání vlastních vlastností objektu, společných vlastností objektu na základě *čatudhátuvavatthána*, na základě meditace na čtyři elementy. To je vstup do *vipassany*. Jak jižní, tak i severní tradice buddhismu meditace na čtyři elementy je vstup do *vipassany*. Po zvládnutí *šamathy*.

A je nová tradice kašmírské jógy, buddhistické a ta studuje vlastně ve stavu *dhjány* odpojení. A to navazuje vlastně na zen, na tradici *jógáčára*, na tradici tantry. Přímé pochopení neduální vlastnosti mysli. V Číně tradice též byla spojena s tradicí Čisté země.

Čili máme čtyři druhy *dhjány*.

Dhjána, kterou si meditující užívá a tím se vlastně odpojuje od možnosti použít dhjánu k moudrosti. A použití *dhjány* k moudrosti je vlastně důležitá část *dhjány*, která se nedá opomenout. A která se stále musí zdůrazňovat.

Pak čistá *dhjána*, kdy meditující zůstává ve stejném stavu.

Progresivní *dhjána*, kdy studuje to, co znemožňuje jemnější stav.

A *dhjána* s odpojením, ve které vlastně meditující studuje, může studovat stav vědomí bez formací.

A tak se dostáváme do druhé *dhjány* a druhá *dhjána* je tedy poznamenána, jak už jsem se zmínil - tichem. Tichem moudrých. Písmo tvrdí… Ten, kdo je mudrc a mudrc v sanskrtu znamená ten, kdo mlčí, muni je od mauna, což znamená mlčení. A ten, kdo mlčí, ten si nepřivlastňuje (upéti) ty koncepty, které používají lidé ve světě. A tím se stává moudrým.

A v druhé dhjáně už není místo pro *vitarka* a *vičára*. A *vitarka* a *vičára* jsou formace řeči. Meditující se zbavil formací řeči a vstoupil do stavu ticha. A tento stav ticha je umožněn čím? Mluvili jsme první *dhjána*, druhá *dhjána* je umožněna vitarkou a vičárou – tento stav ticha je umožněn *átma-prasáda* – pročištěním átma, pročištěním sebe. A prasáda je též synonymum víry, prasáda je vysvětleno též jako víra. Víra ve smyslu *okappana*. *Okappana* znamená, že meditující se aranžoval s objektem pozornosti. Aranžoval s objektem pozornosti, že už je přesvědčen, že tento objekt ponechá jeho mysl ve stavu jasnosti.

A tento stav jasnosti převládá v mysli, která se zbavila *vitarka – vičára*, a proto víra v sílu *dhjány* nebo protože proto je mysl naplněna vírou. Proto první *dhjána* je *dhjána*, která podle písma vzniká *odloučením* od pěti překážek, pěti nívarana. Druhá *dhjána* a všechny *dhjány* vyšší jsou *dhjány*, které jsou vytvořeny neboli zrozeny samádhidža, zrozeny ze *samádhi*. Zrozeny z čeho? Z víry v *samádhi*. Protože formace řeči neexistují, meditující získává jasnost a víru v *samádhi* a ty ho uvádějí do stále jemnějších a vyšších stavů vědomí.

Pro dnešek, asi takhle. A dme místo pro otázky a odpovědi. Příští neděli se zase podíváme do textu a projdeme druhou a třetí dhjánu, na základě textu více. Teď jsem dal všeobecné vysvětlení, ale bez toho všeobecného vysvětlení možná ten text by nebyl tak jasný. Tak doufám, že to všeobecné vysvětlení nám umožní lepší pochopení textu. Podívejte se na něj, přečtěte si to. A tím pádem já nebudu muset slovo po slově vysvětlovat, ale vysvětlím ty nejdůležitější vysvětlení v tom textu.

> Otázka: Kdysi na přednesu v tibetském centru v Liberci (v roce 2019) jste použil připojení: cesta malé bytosti, cesta střední bytosti, cesta velké bytosti.

To není cesta, to je moudrost. Malá moudrost, střední moudrost a velká moudrost. To není cesta malé moudrosti a střední moudrosti, velké moudrosti. To bych neřekl. To je hínajána, mahájána, tomu se snažím vyhnout. Já sám věřím pevně v sílu dobré théravádové praxe a nikdy bych neřekl, že je to na základě malé moudrosti. To bych neřekl. To je nepochopení.

> Otázka: A tyto tři pojmy tedy znamenají co?

Podle *Abhidharmy*, jestliže naše mysl je napojená na pět *káma-guna*, to znamená pět vlastností objektů pěti smyslů, na to, co vidíme okem, co slyšíme uchem, na to to, co nosem, jazykem a tělem, no tak je to jenom *parita-paňňá*, to je z théravády, je to pouze malá moudrost na základě pěti smyslů. Jestliže mysl se hýbe v rámci jemných forem anebo neforemných objektů, v dhjáně, no tak to je mysl, která má přístup k velké moudrosti, mahá paňňá. A jestliže mysl má objekt jako objekt vysvobození, ať už nirvánu nebo takovost, prázdnotu, tak to je appamána-paňňá, nezměrná moudrost. Nezměrná moudrost patří pouze objektu osvobození.

Ale o bytostech, nevěřím, že člověk jako já by tvrdil, že ten, kdo praktikuje théravádu, praktikuje malá bytost. To jsem neřekl, určitě. Nevěřím. Já všechno, co mně vlastně vytvořilo, je théravádová praxe. Pak na to jsem stavěl tu mahájánovou praxi.

> Otázka: Mohl byste vysvětlit metody, které se k praktikování těchto tří stupňů vztahují.

Tak to je vysvětlení, které najdeme v některých spisech mahájány. Jenže ten, kdo praktikuje hínajánu, ten vlastně používá malou moudrost. Proč malou moudrost? Protože je moudrost založená na proniknutí čtyř vznešených pravd. A bez proniknutí čtyř vznešených pravd žádná moudrost vlastně není. Ale to je základní moudrost. Ten, kdo praktikuje praxi pratjéka-buddhy, ten proniká hlouběji zákony závislého vznikání nebo souvislého vznikání. Já preferují tento překlad. Žák pronikne čtyřmi vznešenými pravdami v jednom okamžiku, v okamžiku střední cesty, v okamžiku poznání střední cesty a pratjéka-buddha v okamžiku poznání střední cesty *pronikne* souvislým vznikáním, 12 členy souvislého vznikání v jednom okamžiku.

A co se týče perfektního buddhy, perfektní buddha na základě praxe párami pak dosahuje proniknutím *takovosti* jako jediné reality. Jiná realita než takovost neexistuje. A tím pádem získává vševědoucnost. *Arahat* též má vševědoucnost, ale ne vševědoucnost ve všech aspektech. Má vševědoucnost ve smyslu poznání čtyř vznešených pravd. Ale buddha oproti arahatovi, buddha je též *arahat*, samozřejmě, ale oproti jiných arahatům má poznání vševědoucnosti nejen na základě proniknutí čtyř vznešených pravd, ale na základě proniknutí všemi aspekty reality, co existuje. Že je vidí jako takovost. Proto může vést nezměrné bytosti do stavu probuzení.

Nic jiného není? Tak na otázkách nezmoudříme.

Je to též napsáno ve *Visuddhimagga*, tím čím rosteme je, že si klademe otázky. Tím rosteme. Když si neklademe otázky, no tak nerosteme. Kolik času strávíme tím, že kontemplujeme o dharmě? Čím víc kontemplujeme o dharmě, tím ta dharma bude jasnější. Jak kontemplujeme o dharmě? Tím, že si klademe otázky. Tak zkusíme napříště. Doufám, že vám dávám těmito výklady impuls ke kladení otázek, tak kladením otázek člověk roste. V zenu též vlastně proces probuzení je proces řešení otázek. A řešení otázek je konfrontace s tou nejhlubší otázkou. Co vlastně jsme.

Tak dáme *puňnaparináma* pro dobro všech bytostí.

(9. část)

Naposled jsme hovořili všeobecně a skončili jsme s tím, že budeme pokračovat dnes více na základu textu, který máme před sebou, aby věci byly jasnější. Teoretické základy k pochopení toho textu jsem dal a teď se můžeme vrátit k textu s důvěrou.

Mluvili jsme o tom, že první *dhjána*, což je vlastně pro praktikující nejtěžší. Jestliže se dostaneme do první *dhjány*, i naší zašpiněné první *dhjány* dostat se do první čisté *dhjány* není tak lehké. Ale dostat se do naší zašpiněné *dhjány*, tak těžké není. Mnoho meditujících, jak už jsme se zmínil, obzvláště v théravádových zemích na základě četby si myslí, že *dhjána* je stav úplně neskutečný, a že necítí tělo a vznášejí se někde v nepochopitelném prostoru, kde smysly jsou odřezané atd. To je literatura, někdy vede spíše k nepochopení, než k pochopení. A právě proto z mé malé zkušenosti v učení meditace jsem poznal, že právě ti, kteří znají teorii a studují teorii, mají vlastně tu praxi mnohokrát daleko těžší, než ti, kteří prostě pracují na základě přesvědčení a víry a oddanosti. No a těm ten vstup do těch různých stavů prohloubeného vědomí se stává daleko lehčím.

V buddhismu též je úplně jasně vysvětleno, že stav *dhjány* nelze pochopit na základě slov, musíme praktikovat. A jestliže máme zkušenost, no pak my můžeme vidět ty texty a analyzovat texty úplně z jiné perspektivy. Jestliže zkušenost nemáme a ulpíváme na slovech textu, no pak dochází většinou ke zmatku, *obzvláště* v praxi *šamathy*.

Šamatha, tedy v hlubším slova smyslu, v tradici Ágam, v tradici základního písma, začíná vlastně striktně řečeno přístupovou *dhjánou*. Přístupová *dhjána* a *dhjána* – rozdíl je v tom, že v přístupové dhjáně pět základů *dhjány*, částí *dhjány* nebo důvodů *dhjány*, jak překládáme slovo *anga* (džhána *anga*) *ještě nejsou* upevněné. To znamená, že mysl *může* změnit objekt. Teoreticky řečeno v ve stavu *dhjány* mysl už objekt změnit nemůže. A to též je základem zmatku v pochopení, co *dhjána* je.

Jestliže vstoupíme jednou do *dhjány* a to není tak těžké, ve stavu *dhjány* ačkoliv můžou vyvstat různé myšlenky. Já říkám ve stavu *dhjány* nás obvyklých jóginů, ne super jóginů, můžeme pociťovat i různé tělesné počitky, můžeme mít různé jiné vjemy, můžeme mít různé jiné myšlenky, ale jednou, když vstoupíme do *dhjány* mysl se upevní na mentálním obraze, který potřebujeme, abychom do *dhjány* vstoupili. A přestože meditující prožívá různé jiné počitky, různé jiné vjemy, není těmito počitky, není těmito vjemy jednobodového setrvávání v objektu *dhjány*, není od toho odrazován nebo odpojován. Takže mysl vlastně zůstává v jednobodovosti. Jestliže ztratí objekt *dhjány*, což se též může stát, pak samozřejmě už v dhjáně není. Ale pokud jeho mysl je upevněná v objektu *dhjány*, a to je funkce vitarky a vičáry, to už jsme řekli, bez vitarky a vičáry se nikdo do *dhjány* nedostane, ale *vitarka* a *vičára* je též nezbytná jak pro *šamathu*, tak i pro vipašjanu. Ale rozdíl je, že vipassaná se praktikuje na základě *vitarka* a *vičára*, kdežto ve stavu *dhjány vitarka* a *vičára* se stává hrubou složkou *dhjány*. *Vitarka* a *vičára* je spojená s hrubým počitkem. Ne ve stavu kromě *dhjány*, ale ve stavu *dhjány* je to hrubý počitek.

V Madždžhima-nikája existuje sútra Bahuvédaníja sutta[153], kde Buddha právě vysvětluje, že abychom pochopili cestu k osvobození, je to cesta mnohých počitků. Od hrubých počitků do těch nejjemnějších. Cesta *šamathy*, cesta vipašjany je též cesta zjemňování počitků. Ale toto zjemňování počitků, jestliže praktikujeme vipašjanu, nevede k odpojení se od používání vitarky a vičáry, tedy od vitarky se můžeme odpojit, ale *vičáru* samozřejmě ne. Protože proniknutí vičárou, společných charakteristik objektů *vipassany* je právě na základě vičáry. *Vičára* je to, co detailně může prozkoumat vlastnosti objektu. *Vitarka* dá základní nákres a *vičára* tímto nákresem pronikne.

Ovšem praxe *šamathy* je praxe z hrubých počitků do těch nejjemnějších počitků. A my se můžeme dostat do jemnějších počitků jedině v případě jestliže jasně chápeme, že v hluboké první dhjáně počitek spojený s vitarkou a vičárou je hrubý počitek. A hrubý počitek je *zábrana* v utišení. Šamatha je meditace utišení, bez utišení nemůžeme praktikovat hlubší moudrost. A v procesu utišování mysli *vitarka* a *vičára* je hrubý počitek. My teď mluvíme o počitcích, protože počitek je to, védaná je to, kde všechny ostatní náplně vědomí se střetávají. To je důležité pochopit. Jestliže chceme pochopit meditaci, toto je důležité. Dle buddhistické psychologie, filosofie počitek je to, kde se všechny ostatní náplně vědomí střetávají.

Právě proto nejdůležitější část moudrosti je rozlišení počitku. Jelikož nechápeme mechanismus počitku ocitáme se hluboko v zajetí tzv. pout, které nás poutají do stavu utrpení. Utrpení je vlastně na základě našeho *nepochopení* mechanismu počitku. Jelikož nechápeme vlastní mechanismus počitků, nechápeme též i mechanismus počitků u druhých. No a tím pádem máme, jak *Visuddhimagga* učí, máme, jsme uvázáni uvnitř a uvázáni venku. Máme uzly uvnitř, máme uzly venku. A meditace *šamathy* a vipašjany není nic jiného, než rozvazování uzlů. A rozvazování uzlů je též proces pochopení počitků. A tento proces pochopení počitků je proces vnímání od hrubších počitků do jemnějších počitků, jak vlastně mechanismus rozlišování na základě počitků funguje.

Zmínili jsme se o tom, že první *dhjána* je na základě *naiškramja* nebo *nekkhamma*. Což znamená odříkání. My se nemůžeme dostat do *dhjány*, pokud se neodřekneme od hrubých počitků. A hrubé počitky jsou, jak *Abhidharmakóša* vysvětluje, jsou počitky na základě pěti smyslů. Jelikož pět smyslů je základem hrubého dotyku, ale v buddhistické psychologii počitek, základ pro počitek je dotyk. Není-li dotyk, nemáme počitek. Nemáme-li počitek, nemáme i pouta. Protože v buddhistické psychologii z počitků, přichází pouto, pouto chtíče. Pouto chtíče je též pouto, se obrací v pouto odporu. Z chtíče odpor, z odporu chtíč. No a to je koloběh nestabilního vnímání. Nestabilní vnímání v buddhistické psychologii se nazývá *prapańča*. Prapańča je vnímání na základě ulpívání na počitcích. A proto proces vyčištění vědomí je též proces odstraňování prapańča. Odstraňování expanze vnímání na základě chtíče po počitcích.

První *dhjána* tedy je na základě *odřeknutí, naiškramja*. Naiškramja doslova znamená „jít pryč“. Jít pryč od všeho. Jít pryč od chtíče po objektech pěti smyslů. A abychom mohli jít pryč od

[153] Madždžhima-nikája I/59 https://legacy.suttacentral.net/en/mn59

chtíče po objektech pěti smyslů, musíme mít jistou metodu, pochopení. Musíme první chápat, jak ten dotyk pěti smyslů přináší jen omezené štěstí, omezenou radost a my meditujeme proto, abychom dosáhli kontinuitu ve štěstí, kontinuitu v radosti. To je úkol *šamathy*. Proces meditace *šamathy* je proces hlubšího a hlubšího prožívání naplnění, vnitřního naplnění. Vnitřní naplnění je trvající radost, trvající štěstí. Pět smyslů nemůže toto naplnění, toto trvající štěstí, trvající radost přinést.

Podle Jógáčárabhúmišástra, abychom to pochopili, měli bychom praktikovat čtyři brahmavihári, měli bychom praktikovat pochopení meditace bez ulpívání na obrazu objektu a měli bychom pochopit transcendentální moudrost. To znamená v transcendentální moudrosti není co uchopit. Toto je skutečný stav. Jestliže pochopíme tento skutečný stav, pak praxe *dhjány* se stává lehkou. Stav zvaný *aprápja*, že vlastně nemůžeme nic uchopit je stav, který právě bychom měli chápat na základě *šamathy* a vipašjany. Jak praxe *šamathy*, tak praxe vipašjany vede k pochopení tohoto stavu. Stavu nepříznivosti v uchopování. Jestliže nechápeme, že uchopování je nepříznivé, hluboko se do meditace nedostaneme.

Tedy první *dhjána* je na základě naiškramja. Naiškramja je vivéka, odpojení. Odpojení se od pěti smyslů. A toto odpojení se od pěti smyslů se stane na základě funkce vitarky a vičáry, o tom jsme mluvili, která zabraňuje, aby se mysl zabývala jiným objektem, než objektem meditace. *Vitarka* a *vičára* je to, co vede mysl k objektu a co udržuje mysl u objektu. A bez nich, jak vstup do *dhjány*, tak funkce vipašjany jsou nemožné. Ale v první dhjáně tato funkce je spojen s hrubým počitkem.

A teď text vysvětluje: Jestliže chápeme tento hrubý počitek spojený s vitarkou – vičárou, pak můžeme postupovat do druhé *dhjány*. Abychom postoupili do vyššího, jemnějšího počitku, musíme kontemplovat ten hrubý element v předešlém počitku. A tak až po nejvyšší osvobození. To je šamatha.

My jedině můžeme vstoupit hluboce do procesu *šamathy*, jestliže chápeme tento princip. Vnímání hrubšího počitku jako něčeho nechtěného a vnímání jemnějšího počitku jako vyšší slast, vyšší štěstí a též vyšší pochopení. Protože, jak už jsem se zmínil, první *dhjána* je vivékadža, je na základě izolace. A vivéka též znamená moudrost. Je na základě moudrosti pochopení, že pět smyslů *nepřináší* stálost ve štěstí a v radosti.

Jestliže vstoupíme do první *dhjány*, můžeme okusit jemnější štěstí, jemnější slast, jemnější radost. No a pak ta hrubší radost, hrubší štěstí se stává nežádoucí. Abychom se dostali do první *dhjány*, musíme meditovat na objektech pěti smyslů, tedy na vnějších objektech jako na něčem nežádoucím. Abychom se dostali do druhé *dhjány* musíme meditovat na *vitarka* a *vičára*, jako na něčem, co je nežádoucí, co třeba odstranit, abychom ochutnali jemnější počitek. A jemnější počitek je jemnější radost, jemnější štěstí.

A to je též jasně vysvětleno v našem textu. Teď text vysvětluje, že jestliže naše meditace je *sášrava, sásava bhávaná*[154] – co je *ásava*? Ásava[155] je příliv a odliv nečistoty do vědomí. Jestliže se staneme buddhou, ať už arahatem buddhou nebo dokonalým buddhou, tento příliv a odliv nečistoty do vědomí a z vědomí ustává. My, běžní jogíni, jestliže se dostaneme do *dhjány*, protože nejsme arahati, nejsme vysoce realizovaní bódhisattvové – bhúmi bódhisattvové, tak *i ve stavu dhjány* budeme pociťovat příliv a odliv nečistot do vědomí. A tento příliv a odliv nečistot do vědomí vlastně škodí stabilitě *dhjány*.

Jestliže chápeme též, že tento příliv a odliv nečistoty do vědomí je spojen, obzvláště ve stavu první *dhjány*, s vitarkou a vičárou, pak *vitarka* a *vičára* se stává, stejně tak jako před vstupem do první *dhjány* dotyk mysli s pěti vnějšími objekty smyslů, se stává nežádoucí. *Vitarka* a *vičára* se stává nežádoucí. A meditující o nich medituje, jako o všem, co si nepřeje. Jako rakovina, jako vězení, jako furunkl, prostě jako vše, co zabraňuje jemnějšímu počitku. Musí jasně vidět hrubší počitek jako nežádoucí a jemnější počitek jako žádoucí, aby se dostal výš.

A teď otázka zní: Jestliže tento příliv a odliv nečistot do vědomí, neboli tato pouta, přiliv a odliv nečistot do vědomí jsou pouta vědomí, tato pouta, jestliže jsou překážkou v první dhjáně, proč se text zmiňuje pouze o *vitarka* a *vičára*? V první dhjáně my též můžeme zažít různé jiné mysli, ale neodpoutají nás od objektu. To je rozdíl mezi *dhjánou* a tzv. obyčejným stavem mysli. Jestliže jsme v dhjáně, nic nás od mentálního objektu neodpoutá. Jestliže nás odpoutá, nejsme ve dhjáně. Ale naše *dhjána* samozřejmě bude zašpiněná *dhjána*. Mistrovství *dhjány* je otázka mnohých životů. A dnes těch jóginů, kteří dosáhli mistrovství v dhjáně, těch je stále méně a méně. Jestli nějací ještě jsou. Ale zašpiněnou dhjánu dosáhnout není tak velký problém. A protože se meditující často orientují na literaturu, ne na zkušenost, tak z hlediska literatury se zdá, že *dhjána*, skutečná *dhjána* je pouze čistá *dhjána*, a čistá *dhjána* je v současnosti nad naši schopnost.

Ale dosažení *dhjány* a použití *dhjány* k vipassaně je v rámci našich schopností. Nepotřebujeme být velcí jógini, abychom toho dosáhli. A jedna z velkých výhod *dhjány* je, že můžeme použít dhjánu k vipassaně. *Pak* přístup k hlubší vipassaně je daleko snadnější. Ať už jako v jižním buddhismu *vipassanu* nazveme odchodem z *dhjány* nebo v severním buddhismu ve dhjáně praktikujeme *vipassanu*, jedná se o stejnou zkušenost. Jedná se o zkušenost toho, že vědomí se usadí na mentálním objektu a tento objekt neopouští. Pokud samo nechce.

A text odpovídá: Jelikož meditující dosahuje první *dhjány*, jak už jsem se zmínil na základě vitarky a vičáry, právě proto *vitarka* a *vičára* se stává objektem chtíče. My praktikujeme

---

[154] sásrava, sásava: „s poskvrnami“, jeden rys ze tří dvojic charakterizujících jedince a jeho myšlení, řeč a jednání vzhledem k nirváně.

[155] ásrava, ásava: „poskvrna“; jsou to poslední překážky na cestě k osvobození. Sámaňňaphalasutta uvádí tři: poskvrnu chtíčem (kámásrava, kámásava), poskvrnu bytím či touhou po bytí (bhavásrava, bhavásava) a poskvrnu nevědomostí (avidjásrava, avidždžásava). Jinde bývá uváděna ještě poskvrna bludem (drštjásrava, ditlhjásava). Poskvrny představují zdroj strastí (duhkha, dukkha) a pouta řetězce znovuzrozování (sansára). Mnich, který se dokonale očistí od těchto poskvrn, stává se světcem arhantem. Pojetí poskvrn je konečný stupeň vývoje různých vysvětlení, proč jsou bytosti poutány koloběhem znovuzrozování. (Vladimír Miltner: Malá encyklopedie buddhismu)

dhjánu, abychom zažili radost a štěstí. A právě ta *vitarka* a *vičára*, zaměřená na stejný objekt, přináší toto štěstí.

Teď jestliže meditující, který není familiární s *dhjánou* se na toto štěstí upíná, no pak se nikdy nedostane výš. Musí jasně poznat, že v této radosti a štěstí, v této slasti, kterou *dhjána* umožňuje je něco, co dokonalejší štěstí, dokonalejší radost zabraňuje. A to je právě *vitarka*, *vičára*.

Jak už jsem se zmínil podle psychologie Abhidharmy *vitarka* je to, co doslova mlátí opakovaně myslí o objekt a *vičára* je to, co objekt masíruje. A to jsou síly, které *brání* v tom, aby meditující zažil hlubší prašrabdhi (prašrabdhi jsme přeložili jakožto jasnost a uvolnění) a hlubší upékša, samskára upékša (přeloženo: odpojení se od ulpívání se na příjemném a od odporu vůči nepříjemnému).

Tyto složky jsou předpokladem jakékoliv hlubší zkušenosti zdravého vědomí, *kusala čitta*. Bez těchto složek, podle buddhistické psychologie, žádné hlubší, zdravé vědomí existovat nemůže. A v dhjáně právě tyto složky, které jsou základem zdravého stavu vědomí, se prohlubují.

Teď další otázka, která navazuje, jestliže *vitarka* a *vičára* musí být odstraněny, abychom dosáhli jemnějšího počitku, proč text nevysvětluje jiné zábrany? Přece kromě *vitarka*, *vičára* existují jiné zábrany, které nedovolují jemnější počitek. A text vysvětluje, že v první dhjáně veškeré překážky jsou spojené s *vitarka – vičára*. Meditující se dostal do první *dhjány* díky správnému použití *vitarka – vičára*, dostane se ven z první *dhjány*, díky nesprávnému použití *vitarka* a *vičára*, ale protože se do *dhjány* dostal díky správnému použití *vitarka* a *vičára*, právě proto na tomto použití ulpívá. Protože mu přináší blaho.

Zmínil jsem se o tom, že v buddhistické psychologii to, co přenáší mysl na objekt, je právě vůle a *vitarka*. Bez vůle a *vitarka* se loď mysli k objektu nedostane. Loď mysli se hýbe, protože má směr, ten směr mu dává pozornost. A aby tím směrem mohla jít, k objektu, potřebuje sílu vůle a sílu vitarky. *Vitarka* jako upply fold nebo upply attention, to znamená, že meditující aplikuje pozornost, aplikuje vědomí, bez pozornosti vědomí nemá směr k danému objektu a nepřipustí, aby šla jinam. To je správné použití vitarky. Právě proto *vitarka* je definována v *Abhidharmakóša* jakožto rozdělení a vůle. Rozdělování a vůle v jednom okamžiku. Protože existují v jednom okamžiku, pak doplňují vůli.

Vitarka je též hledání objektu. Hledáním objektu právě vytváříme slova. A *vitarka* je to, co slova vytváří. To je důležité pochopit, abychom též pochopili praxi s mantrou atd., tak jak se praktikuje v hinduismu a též v buddhismu. Tím, že správně používáme mantru, nedovolíme aby mysl hledala jiný objekt. To samé se děje v meditaci. Tím, že správně používáme *vitarku* nedovolujeme, aby se mysl věnovala jinému objektu. Ale tato funkce se stává hrubá a zabraňuje jemnějšímu počitku. A to musí meditující objevit.

A to objeví tak, že medituje na tom, že praxe *šamathy* je opuštění menšího blaha za účelem zkušenosti blaha jemnějšího. Hrubší blaho je překážkou ve zkušenosti blaha jemnějšího. A to není snadné pochopit. Celá buddhistická kosmologie je založena na tomto principu. Bohové

nižších sfér nejsou schopni a ochotni opustit své blaho, protože nepoznali, že blaho bohů vyšších sfér je daleko slastnější než blaho jejich.

A text dává přirovnání, že abychom se dostali do první *dhjány*, musíme meditovat na vnějším dotyku s objekty pěti smyslů jakožto na blátu, které kalí vodu a meditovat na *vitarka* a *vičára* jakožto na větru, který hýbe hladinou vody. A tím pádem zabraňuje jemnějšímu počitku. Přináší rozruch. A když tento rozruch, který *vitarka* a *vičára* přináší do mysli je odstraněn, zmínili jsme o tom, že důvodem první *dhjány* je vysvětlována *vitarka* a *vičára*, důvodem druhé *dhjány* je vysvětlována *adhjátma prasáda* (můžeme přeložit jako vnitřní víra). Prasáda znamená víra, přesvědčení. Víra je přesvědčení. Abhidharmakóša vysvětluje též víru jakožto *préma* – lásku. To je obzvláště zajímavé. Prasáda též znamená jasnost. Tím, že mysl opustí hrubý počitek spojený s *vitarka* a *vičára*, prožívá větší jasnost. A jasnost je spojená s vírou a je spojená s láskou. Skutečná láska má v sobě jasnost. To je třeba pochopit. A tato jasnost je víra. A tato jasnost je láska. Láska v tom smyslu, že jsme *naplněni* s tím, co děláme. To je skutečná láska. Ať už v náboženském smyslu, tak i v jakémkoliv jiném smyslu, láska je naplnění. A naplnění spojené s jasností.

Čili meditující získává větší jasnost, větší naplnění, větší jistotu, větší víru. A proto tato víra je založená, jak je v textu, na *mlčení mysli*. Tomu se říká *arija mauna*. Jógin, filosof, moudrý muž v indické tradici se nazývají muni. Muni je ten, který mlčí. Ale mlčet ovšem neznamená, že nemluví. V Suttanipáta je verš, který vysvětluje stav muni… Kdo je muni? Muni je ten, který neulpívá na těch konvencích, na těch slovech, na těch větách, na těch slabikách, které obyčejní lidé ve světě používají. On je též používá, ale nelpí na nich. To je rozdíl mezi mudrcem, možná český mudrc je též spojen s kořenem *muni, mauna*, mudrc je ten, který používá slova, ale neulpívá na nich. My nejsme mudrci, protože slova používáme, ale ještě na nich ulpíváme. No a slova tvoří koncepty. A koncepty dle buddhistické psychologie, na co my bytosti ulpíváme není skutečnost, ale koncepty, které si od skutečnosti tvoříme. To je stejné ve všech buddhistických tradicích. Základem ulpívání není skutečnost, ale koncepty, které my, pomatené bytosti, si o zkušenosti skutečnosti tvoříme.

A v druhé dhjáně meditující zažívá ticho mysli, protože ta síla mysli, která vyváří slova, přestává existovat. V našich zašpiněných dhjánách ještě můžou existovat jemné mysli, ale mysl je nebere už za něco, na čem by měla ulpívat. Bere je jako něco nežádoucího. A tím pádem, tím, že člověk stále praktikuje, pak, ta vázanost na slova se od ní též odpojuje. Všechny, nejenom druhá *dhjána* má adhjátma prasáda, vnitřní rozjasnění, vnitřní víru, vnitřní přesvědčení, vnitřní lásku. Všechny vyšší stavy mají též tuto adhjátma prasádu. Ale poprvé se právě vyjeví v dhjáně druhé, protože se ztrácí síla *vitarka* a *vičára*. A stává se nežádoucí. Mysl sama vyplývává. Stejně tak jako v první dhjáně, mysl vyplývává dotek s vnějšími objekty pěti smyslů, v druhé dhjáně mysl vyplývává vázanost na slova, vázanost na věty, vázanost na slabiky. Stávají se nežádoucí. Jestliže se stáváme mistry druhé *dhjány* a vyšších *dhján*, pak už vůbec přestane. A vzniká to, čemu se říká mlčení vznešených.

Jestliže máme hluboký zážitek tohoto mlčení vznešených, pak můžeme mluvit. Ale mluvíme jinak, mluvíme ale na slovech tolik neulpíváme. No a tím se kvalita života mění. Proto praxe *dhján* je velice užitečná. A text říká, že tato zkušenost vnitřního projasnění, vnitřní lásky, vnitřní víry se dá srovnat s odrazem hvězd, Měsíce a hor na jasné hladině vody bez jakýchkoliv vlnek.

A tím jsme probrali druhou dhjánu.

V první dhjáně máme též príti, sukha, důvodem první *dhjány* je *vitarka*, *vičára*. Uspokojením první *dhjány* je príti, sukha, radost a štěstí. A základem první *dhjány* a všech *dhján* následujících je jednobodovost vědomí. *Dhjána* bez jednobodovosti vědomí neexistuje.

V druhé dhjáně nemáme *vitarku* a *vičáru*. A důvod této první *dhjány* je právě ta *adhjátma prasáda*. Je vnitřní uvolnění, láska, víra, jasnost. A to, co přináší užitek druhé dhjáně je též stejná radost a štěstí. Ale tato radost a štěstí bez vitarky a vičáry je jemnější. A jednobodovost je zase základ. A tato jednobodovost se stává hlubší, proto druhá *dhjána* všechny vyšší *dhjány* se nejmenují *vivékadža* (že vyvstaly na základě odpojení), ale jmenují se *samádhidža* (vyvstaly na základě hlubšího *samádhi*. Hlubšího *samádhi* zde smyslu hlubší jednobodovosti vědomí.

A v různých kategoriích *dhján*, to je důležité, jestliže chceme číst buddhistickou literaturu, rozlišujeme mezi *dhjánou* s vitarkou, vičárou; *dhjánou* bez vitarky, ale s vičárou (to je mezi - *dhjána*); a *dhjána* bez vitarky a vičáry, to je druhá *dhjána* a výš.

A též rozdělujeme dhjánu s radostí a štěstím a dhjánu bez radosti a štěstí. Dhjánu se štěstím, ale bez radosti a dhjánu bez radosti a štěstí. *Dhjána* bez radosti, ale se štěstím je třetí *dhjána*, o které budeme hovořit příští týden. A *dhjána* bez radosti a bez štěstí je čtvrtá *dhjána*, ve které všechny zábrany v čistotě počitku byly odstraněny.

Vysvětlil jsem, co je zajímavé v buddhismu. V théravádové tradici vysvětlujeme štěstí, príti jakožto *samskára skandha* - formace vůle. V severní tradici vysvětlujeme štěstí jakožto *védaná skandha* – skandha počitku. Ale přesto mluvíme o stejné věci. To zajímavé právě, my se díváme na stejnou věc, ale můžeme mít jiné názory, jiné pochopení. Obě pochopení ovšem se doplňují. Radost v théravádovém buddhismu, jak už jsem se zmínil, je radování se nad objektem, ale ne přímý dotyk s tímto objektem. Jako když jsme na poušti a vidíme v dálce oázu, my se raduje z tohoto pohledu, ale ještě jsme do ní nevstoupili.

V severním buddhismu radost je *saumanasja*, je mentální příjemný počitek. Mentální příjemný počitek je též radost. Závisí na tom, jak se na to díváme. A štěstí dle Abhidharmakóša v první a druhé dhjáně je *prašrabdhi*, je uvolnění a jasnost. A štěstí v třetí dhjáně je čisté mentální štěstí.

V théravádovém buddhismu štěstí je v původním smyslu štěstí je kája sukha, je štěstí těla. Ano, štěstí těla. Proč? V dhjáně už samozřejmě počitky těla jdou do pozadí. Jestliže se staneme velkými jóginy, vůbec mizí. Jak může být štěstí těla? Ano, protože štěstí těla založené na štěstí mentálních faktorů. Mentální faktory jsou tělo. Tělo znamená mnoho věcí pohromadě. A v théravádovém buddhismu to štěstí znamená vlastně mentální štěstí.

A tak vidíme, jak kreativní buddhismu může být, žádná doktrína, ale pozorování z různých aspektů. A tímto pozorováním vlastně stejné věci z různých aspektů získáváme moudrost. Moudrost je poznání věci z různých aspektů. Proto neměli bychom chápat buddhismus jako dogma, ale buddhismus je návod ke správnému myšlení, správnému názoru. A bez správného myšlení a správného názoru není šťastný život.

A to by stačilo pro dnes. Půjdeme k otázkám.

Otázka: Rád bych se zeptal na *sammá-sati a miččhá-sati*. To znamená správná a špatná pozornost. Například když umělec maluje obraz má v ten moment samá-sati? Nebo malé děti, když jsou spontánní, mají sammá-sati?

Malé děti nebudou mít sammá-sati. Ale umělec může mít sammá-sati v případě, že je plné radosti toho, co dělá a neulpívá na tom. Pak je to *sammá-sati*. Předpokladem *sammá-sati* je, že mysl nelabruje, je stabilní, pozornost neběhá sem a tam. A vnímání neběhá sem a tam. Plně se věnuje věci, u které právě je a přitom též je otevřen pro všechno ostatní. Tím pádem neulpívá. Pak je to sammá-sati. Umělec též může mít sammá-sati. Ale většinou to tak nebude. My víme, že většina velkých umělců byli depresivní. Van Gogh, Kafka je snad to nejlepší, co umění vytvořilo a byli depresivní bytosti. Čili člověk potřebuje nejen sati, ale potřebuje mnoho, mnoho věcí, které jsou se sati spojené. Koncentraci, moudrost, víru. Pak sati bude jak schopnost zůstat u vědomí, které je stabilní, ne labilní a též neulpívat na tom...

Otázka: V předchozích přednáškách jste zmínil, že sati je dle jižní tradice vždy správné. Patří mezi prospěšné mentální faktory *kusala dama*. V severní tradici dle sarvástivády patří do mahá-bhúmika. Je to jen rozdílné zařazení nebo jižní a severní směr se dívají na sati z trochu jiného pohledu?

Z trochu jiného pohledu, to je pravda. Tyto pohledy se doplňují. V jižním buddhismu *sati* v procesu bdělé pozornosti se zdůrazňuje více aspekt *samádhi*. V severním buddhismu, v procesu bdělého vědomí se zdůrazňuje více aspekt moudrosti. Ale oba tyto aspekty se vlastně spojují *sammá-sati*. Podle severního buddhismu základ pro bdělou pozornost je moudrost. V jižním buddhismu vlastnost *sammá-sati* je *čittassa apilápana* – stabilita mysli. Oba aspekty se doplňují. Proto není špatné vidět věci z různých aspektů. Ten, kdo chápe abhidharmu jako něco, co je fixní, co se nedá změnit, myslím, že je to nesprávné chápání *Abhidharmy*. *Abhidharma* není vlastně nic jiného, než otevření k hlubšímu pochopení, hlubší analýze.

Otázka: Jak přesně vitarka, hledání objektu vytváří řeč?

Jakmile něco říkáme, tak už vedeme, aplikujeme mysl na ten objekt, o kterém mluvíme. Jinak to dělat nemůžeme. Proto též vysvětlujeme *vitarku* jako hledání objektu. To by mělo být jasné.

> Otázka: Jaké mentální faktory rozhodují o tom, jak vnímáme tělo, tělesnost, když jste připomenul, že tělesná strast znamená též mentálních faktorů.

Tělesný nepříjemný počitek je tělesný nepříjemný počitek. Ale jak se my k němu stavíme je založeno na tom, jak používáme mentální faktory. Jestliže je nepoužíváme správně, v tom smyslu zdravě, pak my k tomu nepříjemnému počitku z něho máme strach, vede ke strasti, vede k depresi, vede k nepříznivým stavům vědomí. A jestliže používáme ty mentální faktory, které tvoří náplň myšlení správně, no tak my máme nepříjemný tělesný počitek, ale nemusí být spojený s nepříjemným mentálním počitkem. Proto mentální počitek, to je základ jógy, vždy to jemnější by mělo mít kontrolu nad tím, co je … (?). Až po osvobození. Osvobození je ten nejjemnější počitek, který vlastně kontroluje všechny jiné počitky tím, že jim dává jednu chuť. Chuť osvobození. Éka-rasa, vimukti-rasa.

> Otázka: Můžete nám prosím přiblížit, jak souvisí dech s tím, co tvoří formace? Tedy vnímání a počitky.

No samozřejmě. Neexistuje život bez dechu. Dech je součástí života, základem života. No a samozřejmě, jak my cítíme tělo, závisí na tom jak dýcháme. Jak používáme dýchání neznamená jenom dýchat nosem. Dýchání znamená, my dýcháme celým tělem. To že teď nekolabujeme, nespadneme na zem a nebudeme mrtvoly je, protože naše mysl produkuje dech. Když není vědomí, žádný dech nemůže existovat. A teď my ten dech používáme buď k našemu prospěchu anebo se stává našim nepřítelem. Stejný dech. To, co nakonec i hýbe myslí je též jemná forma dechu, což je prána. A bez prány my nemůžeme hýbat tělem. A prána byla v západním náboženství totožná s duší, *ruach*[156]. A duše je totožná se skutečným já, átman. No a duše též zahrnuje v sobě a nejdůležitější část duše jsou počitky. To je třeba jasně vidět. Co je duše bez počitků? Co je duše bez větru?

No a to by bylo všechno pro dnešek.

Tak dáme zase přenesení zásluh, *puňnaparinámana*.

[156] Z hebrejštiny: duch, duše.

Praxe třetí dhjány

Kumárádžíva

Po dosažení druhého pohroužení by měl praktik usilovat o hlubší soustředění. Ve druhé dhjáně jsou jisté obtíže postihující mysl, jako je touha, pýcha, špatný náhled, pochybnosti atd. Narušují koncentraci druhé dhjány. Jsou to zloději druhé dhjány a brání vstupu do třetí. Takže ten, kdo hledá třetí pohroužení, musí odstranit tyto[157] nemoce.

> Otázka: Je-li tomu tak, proč Buddha učil, že třetí dhjána je získána opuštěním vytržení (rapture) a praktikováním vyrovnanosti[158] (equanimity)?

Odpověď: Když je dosaženo velkého vytržení druhé dhjány, přemíra vytržení, které člověk zažívá, se stává připoutaností. Takto vytržení vede ke všem druhům pout a stává se základnou utrpení. Všechna pouta navíc nejsou prospěšná, proto by se k nim člověk neměl připoutat. Vytržení znamená potěšení[159]. Je to velmi prospěšné, ale zahrnuje silné připoutání, které je těžké opustit. To je důvod, proč Buddha vysvětluje, že třetí dhjány je dosaženo opuštěním (vzdáním se) vytržení.

> Otázka: Pět smyslových tužeb je nečistých a špatných a je třeba se jich vzdát. Přesto je právě toto vytržení čisté, krásné a rozkošné pro všechny bytosti. Proč bychom se ho měli vzdát?

Odpověď: Jak již bylo řečeno, stává se příčinou připoutanosti a ta vede ke zlé praxi. Kromě toho bez opuštění vytržení nebude člověk schopen dosáhnout vyšších kvalit. Co je tedy špatného na opuštění malého [užitku] pro získání velkého? Chce-li meditující pokročit ke třetí dhjáně, měl by rozjímat o vytržení. Je příjemné, ale měl by vědět, že je příčinou pohrom, starostí a smutku. Je to nestálý jev, když se mění, vyvolává starosti a zármutek.

Kromě toho je vytržení hrubým štěstím. Meditující si nyní přeje opustit hrubé štěstí, aby hledal jemné, proto se říká, že opouští vytržení, aby vstoupil do hlubšího soustředění a hledal jiný druh štěstí. Jak třetí dhjána zahání vytržení? I když člověk opouští ono nádherné vytržení, mysl toho nelituje, protože ví, že vytržení je škodlivé. Lze to přirovnat k opuštění manželky bez lítosti, když člověk ví, že je to duch[160]. Vytržení je zmatený a hrubý jev, není jemné. Ve třetí dhjáně zažívá tělo člověka štěstí, které na světě nic nepřekoná. S ohledem na toto štěstí

[157] Upadrava, 患
[158] Upekšá = samskáropekšá 行舍
[159] Yue le, 悅樂 , „s požitkem z příjemného pocitu“ (sukha)
[160] Rákšasí (ženský démon).

vznešení hlásají; do třetí dhjány vstupuje člověk zbavený vytržení s vyrovnaností díky své bdělosti a vznešenému uvědomění a pociťuje štěstí pronikající celým tělem.

Otázka: Zde [ve třetí dhjáně] se hovoří o jednobodové mysli s bdělostí a vědomím[161]. Proč to není zmíněno v popisu první a druhé dhjány?

Odpověď: Ve třetí dhjáně člověk zakouší štěstí v celém těle a mysl praktikuje vyrovnanost [s ohledem na všechny útvary]. Nedovoluje mysli, aby byla připoutána k rozlišování mezi dobrým a špatným. Proto je popisována jako jednobodovost spojená s bdělostí a uvědoměním. Kromě toho má třetí dhjána tři nedostatky. Za prvé, mysl klesá, když se stává jemnou. Za druhé se mysl stává aktivní. Za třetí, mysl vyvolává zmatek a nízkou náladu (kvůli svému subtilnímu stavu). Meditující by si měl často jednobodově připomínat tyto tři nedostatky. Pokud jeho mysl začne klesat, měl by ji silou úsilí a uvědomění opět pozvednout. Když se mysl stane příliš aktivní, měl by ji usebrat. Když je mysl zmatená a pokleslá na duchu, měl by ji nechat radovat se tím, že si připomene jemné vlastnosti Buddhy. Měl by svou mysl neustále chránit tím, že bude čelit těmto třem nedostatkům[162]. Takto meditující se štěstím díky jednobodové mysli vstupuje do třetí dhjány.

Otázka: Sútra zmiňuje štěstí ve třetí dhjáně dvakrát. Jaké jsou tyto dva druhy štěstí?

Odpověď: První je tělesné štěstí[163]; druhé je duševní štěstí[164].

Otázka: Existují tři druhy štěstí: tělesné, duševní a štěstí bez nepříjemností (vexations)[165]. Kvůli kterému z nich je štěstí třetí dhjány nazýváno nejvyšším?

[161] Sampradžanja - překládáno jako moudrost [hui 慧].
[162] Doslova to znamená tři druhy mysli (myšlení).
[163] Shou le 受樂 , znamená tělesné štěstí, sukha, kuai le 快樂 zde odkazuje na duševní štěstí xi 喜 . Obvykle se tím myslí vytržení = príti, které v jižním buddhismu není pocitem, ale patří do souhrnu formací (samskára skandha). Čínské *xi* se překládá jako příjemný duševní pocit (saumanasjam) a vytržení (priti) jako soucitná radost (muditá), proto při jejich rozlišování často vznikají nejasnosti.
[164] Kuai le 快樂 znamená příjemný, pocit, který je spojen s tělem mentálních faktorů. Obvykle však znamená příjemný tělesný pocit z nižších sfér. Ve vztahu k druhé a třetí dhjáně, kde je tělesný vjem překonán, však odkazuje výhradně na tělo mentálních faktorů [samskárakája], Viz diskusi o *xi* a *le* v A.K. kap. 8 verš 9, Dwarikadas Shastri: 1142-44. Pro pochopení zdejšího výkladu je zvláště důležitá Nágárdžunova Prajnaparamitašástra 大智.
度論, 33. kapitola. Taisho, svazek 25, str. 210, kde se velmi podrobně pojednává o rozdílu mezi tělesným a duševním pociťováním rozkoše: *sukha* je tělesná rozkoš, když je ve sféře ovládané pěti smysly [kámadhátu], je hrubá. Sukha 樂 je příčinou, vytržení (rapture) 喜 je následkem. Když rozkoš 樂 proniká celým tělem, je to vytržení 喜. Když se dostaví jemné štěstí 細樂, spojené s mentálním vědomím 意識, je to saumanasjam, mentální potěšení. Ve sféře ovládané smysly a v první dhjáně se nazývá rozkoš 樂 . Ve druhé dhjáně jsou všechny pocity slasti saumanasjam 喜 . Ve třetí dhjáně se všechny příjemné pocity nazývají pouze sukha, 樂 [mentální štěstí].
[165] 無惱樂 aklištasukha

Odpověď: Mezi třemi druhy štěstí je vyšší štěstí jemnější, všechna převyšují nižší stupně [soustředění]. Protože tělesné štěstí přichází jako první [v první dhjáně], používá se tento termín k vysvětlení stupně štěstí [sukha bhúmi.]. I když ve zbývajících dvou vyšších stupních dhjány zcela ustává, přesto v nich [ve druhém a třetím stupni dhjány] štěstí přetrvává. Proto se na ně tělesné štěstí nevztahuje[166].

Otázka: Jaký je rozdíl mezi štěstím s vytržením (rapture) a štěstím zbaveným vytržení?

Odpověď: Jsou to dva druhy příjemných[167] pocitů: mentální[168] schopnost štěstí a tělesná[169] schopnost štěstí. Duševní schopnost štěstí [saumanasjam] je obsažena v první a druhé dhjáně. Je to štěstí s radostí. Tělesná schopnost štěstí [sukhendrija] je štěstí bez radosti. Je obsažena ve třetí dhjáně. Kromě toho se hrubý příjemný pocit v říši touhy a v první dhjáně, když je hrubý, nazývá schopnost [tělesného] štěstí [sukhendrija], zatímco jemný příjemný pocit se nazývá mentální schopnost štěstí [saumanasjam]. Pokud jde o druhou a třetí dhjánu, zde se hrubý příjemný vjem nazývá mentální schopnost štěstí [saumanasjam], zatímco jemný vjem se nazývá tělesná schopnost štěstí [sukhendrija]. Mentální radost lze přirovnat k omývání obličeje průzračnou chladnou vodou, když se člověk cítí nesmírně rozpálený, zatímco tělesné štěstí je jako vstoupit do velkého chladného rybníka a vykoupat v něm celé tělo[170]. Co se týče meditujícího, který prožívá štěstí v první dhjáně, nepronikne celým tělem kvůli *působícímu a udržovanému myšlení*. Ve druhé dhjáně nebude tělo prostoupeno štěstím kvůli velkému vytržení. Ve třetí dhjáně, protože tyto překážky neexistují, prostoupí štěstí celé tělo. To jsou rozdíly mezi nimi.

Kromě toho existují čtyři druhy příjemných pocitů. Příjemné pocity v říši touhy[171] spojené se šesti vědomími. Je popsán jako mentální schopnost štěstí a tělesná schopnost štěstí. Příjemný pocit v první dhjáně je spojen se čtyřmi druhy vědomí (bez vůně, bez chuti) a nazývá se tělesná schopnost štěstí a duševní schopnost štěstí. Příjemný pocit druhé dhjány, který je spojen (pouze) s mentálním vědomím, se nazývá[172] tělesná schopnost štěstí. Příjemný pocit třetí dhjány je rovněž mentální a je zbaven radosti. Proto se nazývá[173] tělesná schopnost štěstí[174].

---

[166] A.K.B. 8. kap., 9. verš bhašja vysvětluje, že ve třetí dhjáně; yi 意 , mentální schopnost je tělo; 意為身.
[167] sukhavedaná
[168] saumanasjendrija
[169] sukhendrija. Viz vysvětlení v A.K. Xuanzang tr. Guoli dushuguan chu pan Taipei 1999: sv. 2, 609., A.K.B. 8. kap. 8 verš Dwarikadas Shastri :1143
[170] Porovnáno se srovnáním ve V.M. Mezi vytržením a štěstím použitým při vysvětlování první dhjány, tr. Ñānamoli, 151.
[171] šaštavidžňánasamprajukta
[172] saumanasjendrija
[173] Sukhendrija, odkazuje na tělo mentálních faktorů.
[174] Srovnej Bahuvedanijasutta M.N. 59.

Praxe čtvrté dhjány

Kumáradžíva

Když meditující dosáhne třetí dhjány, pozná tyto tři druhy štěstí a bude je chránit s jednobodovou myslí, protože se bude bát, že je ztratí. To lze považovat za obtěžující[175]. Proto se i štěstí stává indispozicí a člověk by měl usilovat o to, aby se ho zbavil. Jako například hledá-li někdo štěstí blahobytu, pociťuje při snaze o něj utrpení, když ho získal, ale není uspokojený, je to také utrpení, a chránit ho po jeho získání je opět utrpení. Někteří lidé považují hledání štěstí za bolestné, a proto se ho vzdají, jiní štěstí dosáhnou, ale vzdají se ho poté, co pocítí utrpení z toho, že jím nejsou uspokojeni, jiní štěstí mají, ale vzdají se ho, protože jeho ochrana je také utrpením. Pro meditujícího jsou neduh a štěstí právě takové. Hledání štěstí v první dhjáně je opuštěno na základě rozrušení způsobeného působícím a udržovaným myšlením. Ve druhé dhjáně je člověk rozrušen velkým nadšením (vytržením), proto je opuštěno. [Hledání] štěstí ve třetí dhjáně je opuštěno, když si člověk uvědomí jeho nestálou povahu a obtížnost jeho střežení. Proto by se člověk hledající stabilní a klidné[176] stádium čtvrté dhjány měl snažit štěstí opustit.

> Otázka: Meditující se zbavuje smyslového potěšení na základě potěšení z koncentrace dhjány. Na základě čeho se tedy vzdáváme potěšení z dhjány? Jaký užitek přináší opuštění tohoto potěšení?

Odpověď: Potěšení z dhjány lze opustit na základě potěšení z nirvány[177] , protože díky němu člověk dosahuje tří druhů užitku: cesty arahanta, cesty pratjéka buddhy (seberealizovaného buddhy) a cesty plně probuzeného buddhy. Proto člověk opouští štěstí dhjány praktikováním bezpečného štěstí čtvrté dhjány, protože těmito třemi prostředky dosahuje nirvány, jak si přeje.

> Otázka: Jak poznáme vlastnosti čtvrté dhjány?

Odpověď: Jak vysvětlil Buddha; bhikšu vstupuje do čtvrté dhjány poté, co opustil potěšení (pleasure) a bolest a s předchozím vymizením radosti (joy) a [178]smutku, neprožívá ani bolest, ani potěšení s čistou myslí (díky vyrovnanosti)[179].

---

[175] Upanaha, 惱
[176] bhúmi
[177] V Y.B.S. Samáhita bhúmi se čtvrtá dhjána nazývá 彼分別涅槃 nebo 差別涅槃; podobná nirváně, protože opouští všechna poskvrnění částečné nebo diferencované nirvány, protože není konečná. Viz Han Qing Jing Ke Ju vydání Y.B.S Samāhitabhūmi. Podle Xin wen fen chu ban gong si, Taipei sv. 1, 367.
[178] Daurmanasjam,憂
[179] Překlad podle M.N. and S.N. Přeložil Bhikkhu Bodhi.

Otázka: Opuštění štěstí třetí dhjány by mělo vypadat takto. Když je opuštěna touha, je odříznuta bolest, tak proč je nyní znovu zmíněno odříznutí bolesti?

Odpověď: Někteří tvrdí, že existují dva druhy opuštění: individuální a obecné[180]. Například ten, kdo vstoupil do proudu, se svým následným poznáním cesty [anvajadžňána] obecně opouští všechna pouta [cestou] vidění [čtyř ušlechtilých] pravd. V tomto případě (čtvrté dhjány) tomu tak není. Proč? Protože jak Buddha učil, opuštění zármutku a radosti předchází opuštění bolesti a potěšení. V případě utrpení v říši žádostí by (Buddha) měl učit, že opuštění bolesti, zármutku a radosti by mělo proběhnout jako první, ale nečiní tak. Proto lze poznat, že bolest zde není z říše touhy, ale může vzniknout ve třetí dhjáně díky nestálé povaze štěstí. Takto se vysvětluje odříznutí bolesti (jako postupné po odříznutí radosti a žalu). Kromě toho Buddha učil, že člověk by měl rozjímat o utrpení, zatímco prožívá příjemný pocit. Ve třetí dhjáně je potěšení potěšením, když vzniká a zůstává, ale stává se bolestí, když mizí[181]. Opuštění smutku a radosti je tedy zmíněno před opuštěním potěšení a bolesti. Smutek existuje v říši touhy a radost v prvních dvou dhjánách.

Otázka: V oblasti touhy existuje bolest i smutek. Proč se tedy mluví pouze o zármutku, a ne o bolesti, když se mluví o opuštění říše touhy?

Odpověď: I když jsou oba zanecháni, schopnost smutku se už více nevyskytuje, ale bolest se může dále vyskytovat[182]. Poněvadž nastává, nelze říci, že je zanechána.

Otázka: Říká se, že štěstí ve třetí dhjáně je štěstím, které vyvstane a zůstane, ale stane se bolestí, když zmizí. Proč tomu tak není u radosti v prvních dvou dhjánách?

Odpověď: V písmech se vysvětluje, že opuštěním třetí dhjány člověk opouští slast a bolest, nikoli smutek a radost. V souvislosti s prvními dvěma dhjánami to vysvětleno není.

Otázka: Proč to Buddha nevysvětlil?

Odpověď: Potěšení z třetí dhjány je ve třech sférách existence nejjemnější. Mysl k ní tedy přilne a tato připoutanost vyvolává bolest z důvodu pomíjivosti. Radost je hrubý mentální faktor, který nemůže prostoupit celým tělem. I když ji člověk může ztratit, nevyvolá velký zármutek. Proto ji [pomíjivost radosti] písmo nevysvětluje.

(Vysvětlení pojmů): Pocit ani bolesti, ani radosti je vlastní čtvrté dhjáně. Vyrovnanost znamená vzdát se potěšení třetí dhjány a neprožívat ani bolest, ani potěšení bez vzpomínek a lítosti. Čistá bdělá pozornost znamená vyhasnutí smutku, radosti, bolesti a potěšení. Když tyto čtyři věci [vyhasnou], je bdělá pozornost čistá.

[180] Višešaprahána and sámánjaprahána; 別相斷 and 總相斷 .
[181] Viz diskusi v A.K. bhašja a komentář v 6. kap., 3. verš; Dwarkadas Shastri ed., 875-890.
[182] Viz V.M. tr.:172 a také příběh o tom, jak se Ašvadžit ptá velkého Brahmy, zda čtyři živly přestanou. V důsledku jeho otázky pociťuje Brahma nespokojenost.

Otázka: Proč je čistá [bdělá pozornost] vysvětlena pouze ve čtvrté dhjáně a ne v předchozích třech dhjánách?

Odpověď: První dhjána je narušena *působícím a udržovaným myšlením*, proto není bdělá pozornost čistá. Když například zapálíme lampu na otevřeném prostranství, i když je naplněná olejem a má knot, nebude svítit, dokud bude foukat vítr. I když se mysl ve druhé dhjáně stane jednobodovou, dochází k rozrušení způsobenému velkým nadšením (vytržení), které narušuje soustředění, a proto tam nelze bdělou pozornost nazvat čistou. Ve třetí dhjáně není bdělá pozornost čistá, protože připoutanost k potěšení velmi narušuje soustředění. Ve čtvrté dhjáně tyto faktory chybějí, a proto se o bdělé pozornosti říká, že je čistá[183]. Kromě toho, i když jsou nižší stupně dhjány také obdařeny soustředěním, nádech a výdech ztěžují usebrání mysli. Co se týče čtvrté dhjány, tam už nádech a výdech neexistují, a tak je usebrání mysli snadné. Díky tomu se bdělá pozornost očišťuje.

Čtvrtá dhjána se navíc nazývá skutečnou dhjánou, ostatní tři jsou pouze obratnými kroky v jógové praxi k jejímu dosažení. Čtvrtou dhjánu lze přirovnat k vrcholu kopce, zatímco ostatní tři soustředění jsou jako cesta k němu. Z tohoto důvodu Buddha vysvětluje čtvrtou dhjánu jako nepohyblivé sídlo[184]. Soustředění nemůže nic narušit. Nazývá se také bezpečným, stabilním a klidným obydlím. To jsou vlastnosti čtvrté dhjány.

Lze ji přirovnat k dobře vycvičenému koni, který se dostane všude, kam si člověk přeje. Podobně, pokud meditující dosáhl čtvrté dhjány, může, když si přeje praktikovat čtyři neomezené stavy, může je snadno dosáhnout podle svého přání. Pokud si přeje praktikovat čtyři základy bdělosti, bude jejich praktikování snadné. Přeje-li si dosáhnout čtyř ušlechtilých pravd, získá je rychle a bez obtíží. Přeje-li si vstoupit do čtyř soustředění v beztvaré sféře, získá je snadno. Přeje-li si získat šest superpoznání [abhidžňá], bude jejich hledání rovněž snadné. Jaký je důvod? Je to proto, že ve čtvrté dhjáně není ani bolest, ani štěstí. Vyrovnanost a bdělost jsou očištěny a mysl je poddajná a ovladatelná podle přání. Buddha to vysvětlil přirovnáním ke zlatníkovi, který zachází se zlatem. Očišťuje ho, jak má být, a používá ho k výrobě věcí podle svých přání[185]. Není nic, čeho by s ním nemohl dosáhnout.

Bhante Dhammadípa

(10. část)

[183] Viz například V.M. tr., 175.také Samáhitabhúmi z Y.B.S.
[184] Anendžavihára. 不動處
[185] Srovnej Y.B.S. Samáhitabhúmi, T.S. 30. nebo M.N. Dhátuvibhangasutta tr.: 1092

Doufám, že ti, co tady jsou, že byli na předchozích přednáškách.

Tak teď jsme se dostali do třetí *dhjány*. Tedy ke třetí dhjáně. Naposled, jestli se dobře pamatuji, jsme probrali druhou dhjánu a hlavně v minulých přednáškách jsem se snažil praxi *šamathy* přiblížit, takže jsem tolik neprobíral větu po větě textu. A snažil jsem se shrnout to, co považuji za nejdůležitější. A doufám, že to k něčemu bylo.

Jestliže se chceme dostat do třetí *džhány* z druhé *džhány*, samozřejmě ten postup je stejný. Musíme cítit jasně to, co nám vadí v tom, abychom se dostali do ještě jemnějšího počitku. Mluvili jsme o tom, že v buddhismu my vykládáme proces osvobozování z mnoha aspektů. Právě proto mnozí z nás jsou popletení, protože ty koncepty někdy jsou úplně jiné, přestože vysvětlují stejnou věc.

A to je právě to krásné v buddhismu, protože buddhismus není žádné dogma, buddhismus je především moudrost. A je to moudrost, která by nám měla pomoci v tom, že žijeme naplněný život. A naplněný život hlavně je otázka moudrosti. A vysvětlili jsme, že v buddhismu ta nejdůležitější část moudrosti je, jak pracovat s počitky. Protože, jak už jsem vysvětlil to, co my normálně rozlišujeme, my rozlišujeme na základě počitků, na základě našeho cítění. A protože nás naše počitky, naše cítění nás uvádí ze správné cesty, naše mysl nás též uvádí ze správné cesty. A proto žijeme v nepokoji. Vlastně je to též na základě nepochopení počitků. No a Buddha, kromě jiného, vysvětluje též proces osvobození na základě pociťování stále jemnějších počitků. Až do, jak už jsem se zmínil dříve, do toho počitku, který *přechází* vlastně sféru toho, čemu říkáme pociťování. A to je vysvobození.

Vysvobození je stav, kdy ten, kdo je vysvobozen, není vázán na počitky. To je ta svoboda. To neznamená, že si může dělat co chce, ale to znamená, že není vázán na počitky. Protože to, co nás váže k samsárickému bytí, to jsou právě především počitky. V počitcích se, z hlediska buddhistické psychologie Abhidharmy, v počitcích se *střetávají* veškeré náplně vědomí. To je důležité pochopit. Náplň vědomí se střetává v počitcích. Na základě počitků my pak též hodnotíme ten obsah vědomí. Hodnotíme ho buď zdravě a nebo nezdravě. Zdravé hodnocení přináší štěstí, naplnění – nezdravé hodnocení strast.

A vlastně cesta k osvobození je cesta *poznávání* jemnějších počitků. Vyšší počitky poznáváme vyšší úrovní koncentrace a též vyšší úrovní moudrosti. Když moudrost a koncentrace se spojí v jedno, pak nastává podle buddhistické psychologie střední cesta. Střední cesta je jedině možná, jestliže koncentrace a moudrost se stávají jeden celek. A v šamathě též, abychom se dostali do *šamathy*, do poznání uspokojení, potřebujeme moudrost. Ale tato moudrost z hlediska buddhismu není ještě ta absolutní moudrost. Není moudrost osvobození. Moudrost osvobození může jedině nastat, jestliže moudrost, koncentrace a veškeré prvky vědomí, které moudrosti a koncentraci napomáhají, jako správné úsilí, jako víra atd., jsou v rovnováze. To je střední cesta.

I ve stavu *dhjány* ta rovnováha vědomí, rovnováha prvků vědomí, rovnováha koncentrace, moudrosti, správného úsilí atd. ještě není perfektní. Jedině ve stavu vysvobození se stává

perfektní. A to, že není perfektní, přestože ve stavu *dhjány* není utrpení, ve stavu *dhjány* ještě stav rovnoměrnosti vědomí není kompletní. Není kompletní, protože je přechodný. A to, co je přechodné, nemůže být kompletní. To je důležité pochopit. *Dhjána* je též přechodný stav, i když trvá dlouhou dobu, jestliže staneme mistry *dhjány*, můžeme v tomto stavu zůstat i celé dny. A přesto, je to stav, ve kterém vědomí vzniká a zaniká v jednom okamžiku. A tento stav můžeme též poznat. Normálně ho nepoznáme, ale ve dhjáně tento stav poznáme. Proč ho poznáme? Protože v dhjáně objekt se nemění a počitek se nemění. Stejný počitek, stejný objekt a tím pádem i stejné vnímání a stejný obsah mysli. To znamená na stejném objektu, to znamená, že mysl může s objektem splynout. Jestliže nemáme stejný objekt a stejný obsah mysli na dlouhou dobu, no tak my s objektem nesplyneme. Mysl půjde automaticky k jinému objektu. A tento proces mysli, která jde k různým objektům je zabráněn právě ve stavu *dhjány*.

Mluvili jsme o tom, že abychom se dostali do první *dhjány*, musíme tento proces odchodu mysli od objektu zabránit silou *vitarka* a *vičára*, která udržuje mysl na stejném objektu. Mluvili jsme o tom, že *vitarka* je vůle je to, co umožňuje vědomí, na základě prány, na základě jemné energie, jít k objektu. Aby mysl šla k objektu, potřebuje energii. No a potřebuje mít též pozornost, potřebuje mít *vitarku* a potřebuje mít vůli. Jestliže tyto věci tam nejsou, tak mysl k objektu nepůjde. To je třeba si uvědomit v každodenním životě.

Teď jsme se dostali do vyšších *dhján*, tak už nepotřebujeme službu vitarky. Proto, jak už jsme se zmínili, druhá *dhjána* je charakterizována hlubokou vírou. Protože mysl zůstává u objektu bez služby vitarky. Bez služby aplikace vědomí na objekt. Nepotřebujeme nic, dá se říci, snažit se aplikovat mysl na objekt, mysl zůstává automaticky u objektu. Silou koncentrace a silou víry.

Tyto síly jsou čím jemnější mysl, tím jemnější tyto síly též. A hlavně mluvili jsme o tom, že my se učíme dhjánu, my se učíme *šamathu*, abychom zažili jemný počitek, čím dál tím jemnější počitek. Jemnější počitek je spojen s jemnějším objektem a s jemnějším vědomím. Neexistuje jemnější počitek a jemnější vědomí bez jemnějšího objektu. Tomuto jemnějšímu objektu pak se říká objekt *rúpa*, což znamená objekt jemné tělesnosti. A pak objekt bez hmatatelné tělesnosti. Tyto objekty jemné tělesnosti, ale nehmatatelné tělesnosti, nehmatatelnosti vlastně dělají vědomí čím dál tím jemnější. A učitel meditace, jestliže se učíme meditaci tradičně, tak my se dostáváme až na vlastně hranu jemnosti vědomí, přes tuto hranu se vědomí už se dostat nemůže. Tedy samsárické vědomí.

Přes tuto hranu se může dostat jenom vědomí, které už po žádném objektu nechytá, nepotřebuje chytání. A toto je tradiční vlastně způsob vysvobození v ranném buddhismu, že meditující prožívá tyto jemné počitky až se dostává nad počitky. Stav nad počitkem není stav bez počitku, ale je stav bez vázanosti na počitek. To jsme vysvětlili.

A abychom získali tento stav bez vázanosti na počitku, musíme jasně vidět jak čím jemnější vědomí, tím jemnější počitek. Abychom se dostali výš, do jemnějšího počitku, musíme jasně poznat ty faktory, které dělají počitek hrubším. Ty musí být jasně poznány. Jestliže jasně poznány nejsou, no tak se do těch jemnějších počitků nemůžeme dostat. A to, že jsme se dostali do druhé *dhjány*, to je díky tomu, že jsme viděli jasně tu hrubost počitku spojeném

s *vitarka* a *vičára*. To jsme jasně poznali a to, co mysl jasně pozná jako hrubé, to nechce a odhodí. To, co nepozná jako hrubé, to neodhodí.

A teď jsme se naučili, že druhá *dhjána* je vlastně ticho vznešených, protože ty síly, které vytváří řeč, už tam nejsou. Též jsme poznali to, v buddhismu rozlišujeme tzv. *appana džhána* – plný vjem. Appana doslova znamená *vitarka*. Ale tady už *vitarka* žádná není. Ale *vitarka* je to, co může nám objekt přiblížit. A jestliže máme appana džhána teoreticky, zmínil jsem se o tom předtím, teoreticky pak vlastně tělesné počitky přestanou existovat. Čili, striktně řečené, podle písma i ti velcí jogíni nedosáhnou nic jiného, než přístupovou dhjánu, protože v našem případě nemáme tak perfektní tělo, abychom necítili tělo. V první dhjáně ještě cítíme tělo, vidíme, můžeme vidět, můžeme slyšet. V druhé dhjáně teoreticky už kromě mentálního vědomí nic neexistuje. To je ovšem teorie.

A teď text jasně vysvětluje jak se dostaneme do vyšší *dhjány*. Tím, že v přístupové dhjáně, které se říká v severní tradici samantaka (přístup), v théravádové tradici se tomu říká upačára, - v přístupové dhjáně my kontemplujeme ten obsah vědomí, který dělá počitek hrubý. Jak už jsem se zmínil, abychom se dostali do druhé *dhjány*, kontemplujeme *vitarku*, *vičáru* jako to, co dělá počitek hrubý. V druhé dhjáně, abychom se dostali do třetí *dhjány*, kontemplujeme na príti, což se dá přeložit jako radost. Bhikkhu Jógi to překládá jako *rapture*[186], jako nadvznešení, ale ne nadvznešení v dobrém smyslu, nadvznešení v špatném smyslu. Doslova príti, jelikož mysl se raduje z objektu, je nadvznešená a nadvznešení je v tomto smyslu také jistý pocit neklidu. Ten musíme jasně zažít. A meditující, aby se dostal vždycky výš, tak kontempluje v té přístupové dhjáně ten počitek, který vlastně mu nedovoluje jít výš. A to je počitek spojený tím s radováním.

Tento text, jestli se dobře pamatuji, srovnává ten počitek spojený s radováním, který je vysvětlován jinak v jižním buddhismu, jinak v severním buddhismu. V jižním buddhismu je to *saumanasja*[187], což znamená příjemný mentální počitek, protože tělo jde do pozadí v dhjáně, v jižním buddhismu je *príti* vysvětlován jako *samskára skandha*. To nepatří striktně řečeno do počitků, ale radování je formace vůle, ne počitek. Ale je to též počitek, protože bez počitku nic neexistuje. Takže vlastně se jedná o stejnou věc. To ukazuje, že my můžeme vlastně stejný proces vidět z různých úhlů. A to nás obohacuje. My se radujeme a radování je formace vůle. No a když se radujeme, tak máme příjemný mentální počitek a to patří počitku.

Podle buddhistické filosofie můžeme mluvit o dvou počitcích, můžeme mluvit o třech počitcích, můžeme mluvit o pěti počitcích. Abhidharmakóša mluví o sedmi počitcích. A můžeme mluvit o devíti počitcích. Můžeme mluvit o mnohých počitcích. Též existuje v Madždžhimanikája Bahuvédaníja sutta[188], vysvětluje jak mnich Udaji se baví s velkým adeptem, myslím že Pančántika, jestli Buddha učil dva pocity nebo tři počitky. A nemůžou se

[186] rapture je anglicky vytržení, uchvácení, nadšení, unešení, extáze; osvícení.
[187] saumanasja označuje „pocit uspokojení“ a představuje jednu z dvaceti dvou schopností (indrija), podle 38. kapitoly Mahápradžňápáramitášástra z 2. století .
[188] Online anglicky

dohodnout, protože v písmu jsou jak dva počitky, protože pro moudré neutrální počitek je též příjemný, pro hloupé je nepříjemný, no tak dá se říci, že učil jenom dva počitky. Ale tři počitky jsou tam také. No tak se nedohodnou, ptají se Mistra a Mistr říká: Já jsem učil dva počitky, já jsem učil tři počitky, já jsem učil pět počitků, já jsem učil mnoho počitků, protože se sféře dominované pěti smysly, každý smysl má jiné počitky. Pak v první dhjáně teoreticky už neexistuje čich a chuť, takže z šesti počitků, z šesti smyslů máme jenom čtyři smysly. A pak v druhé dhjáně, která je charakterizovaná mlčením, už máme jenom mentální počitek. Jiný počitek už tam neexistuje. Teoreticky.

Ovšem prakticky, jestli praktikujeme, můžeme stále cítit tělo. Obzvláště jestliže jako já máme jisté defekty v těle a většina z nás ty defekty má. To neznamená, že nezažíváme dhjánu, zažíváme dhjánu, ale dhjánu, která má jisté omezení. A právě proto, viděli jsme v tomto textu, že i ve stavu *dhjány* vlastně existují *samjódžana*, v druhé dhjáně v textu se to vysvětluje, že i v dhjáně existují samjódžana, existují pouta. Ale ta pouta, ať už je to pouto pýchy nebo pouto nesprávného názoru atd., ty pouta ovšem nejsou, nemůžou se stát ve vyšších sférách počitku, ve vyšších sférách existence, v buddhismu se dějí rozdělení podle počitku.

Čím jemnější počitek, tím jemnější sféra existence. Právě proto sféry bohů, máme mnoho různých sfér bohů podle rozdělení počitku. Ve sféře bohů, jako řečtí bohové, indičtí bohové, kde ještě existují tělesné vjemy, to jsou ti nižší bohové; pak vyšší bohové, už žádné tělesné vjemy neexistují. A v té sféře, kde ještě tělesné vjemy existují, no tak máme plno různých bohů podle kvality jejich počitku, podle jemnosti jejich počitku[189]. Čtyři Mahárádžikové mají hrubší počitky než skupina Třicetdva. Dvatrimša mají hrubší počitky než Tušitá. Tušita než Jáma. Jáma než bohové, kteří používají vytvořené slasti druhých. A nebo ti nejvyšší bohové ve sféře smyslů jsou ti bohové, kteří nepotřebují jiné, sami si vytváří slasti. To jsou nejvyšší bohové ve sféře objektů pěti smyslů.

A pak už první mizí čich a chuť, to jsou hrubé počitky. Pak mizí vidění a slyšení, to jsou jemnější počitky. A tělesný počitek. A zbývá jen mentální počitek. Od druhé *dhjány*, striktně řečeno jen mentální počitek. Ale, co to znamená pro nás, neperfektní jogíny? Že my, přestože máme různé počitky, přesto že slyšíme zvuky nás *neodvádějí* od objektu. A *neodvádějí* nás od stejného počitku. Což je radost, v druhé dhjáně, radost a slast nebo mentální radost a tělesná slast. Ale tělesná slast znamená zde slast, která prosycuje mentální faktory. A podle mentálních faktorů my cítíme tělo. To je třeba si uvědomit. Proto se též jmenuje tělesný počitek. Radost a štěstí, radost je tedy mentální počitek a štěstí je tělesný počitek. Ale tělesný

[189] déva: dosl.: „zářící“, „nebeské bytosti" či „bohové", označení obyvatel jednoho z „dobrých" způsobů existence (gati), kteří žijí v blažených sférách, v „nebi", ale podobně jako všechny ostatní bytosti podléhají koloběhu znovuzrozování. Bohům je přisouzen velice dlouhý šťastný život jako odměna za minulé dobré skutky. Avšak právě toto štěstí představuje hlavní překážku na jejich cestě k vysvobození, protože kvůli němu nemohou poznat pravdu o strasti (čtyři ušlechtilé pravdy). Více viz Slovník

počitek na základě *prosycení* vědomí slastí. Prosycení vědomí slastí ve které zúčastní **všechny** faktory vědomí, které dávají vědomí náplň.

To znamená tělesné vědomí v prvé, druhé, třetí dhjáně. A toto tělesné vědomí je čím dál jemnější, od prvé *dhjány* do druhé *dhjány*, od druhé *dhjány* do třetí *dhjány* je o mnoho jemnější. Z hlediska světského štěstí třetí *dhjána* nabízí to nejjemnější štěstí možné ve světě. Ve světě větší štěstí není než třetí *dhjána*.

Ale abychom mohli jít dál, musíme poznat i toto štěstí třetí *dhjány* jako rušící faktor. Proč? Protože praktikujeme *šamathu* a největší štěstí je utišení. A to nejhlubší utišení je ne v počitku štěstí, ale v počitku odpojení se od štěstí. Odpojení se od počitku. Ale abychom se odpojili od počitků, musíme první zažít celým tělem, zde mentálním tělem, tělem mentálních faktorů, štěstí čisté.

Třetí *dhjána* je *dhjána* čistého štěstí. V Jógáčárabhúmišástra a vůbec v *Abhidharmě* my rozlišujeme mnoho různých druhů *dhján*, jako rozlišujeme mnoho různých druhů počitků. Je *dhjána* s *vitarka* a s *vičára*. Je *dhjána* bez *vitarka* a bez *vičára*. V *Abhidharmě* mluvíme o pěti dhjánách. V sútrách o čtyřech dhjánách. To je jiný aspekt. Proč? Protože *Abhidharma* vždy mluví o dharmě v jemném aspektu, v detailu. To znamená, že meditující nejprve medituje na to, jak *vitarka* je hrubý faktor, zbaví se *vitarky*. Pak medituje na to, jak *vičára*, ač je jemnější, přesto je hrubá, tak se zbaví vičáry. Pak medituje na to, jak radost je hrubý faktor a zbaví se radosti. Pak medituje na to, jak štěstí veškeré počitky, na které je možno ulpívat jsou hrubými počitky. Veškeré počitky, na které můžeme ulpívat jsou hrubými počitky. To musí *jasně* poznat, aby šel do čtvrté *dhjány*.

Čtvrtá *dhjána* je ta nejlepší *dhjána*. Proto v buddhistické tradici Jógáčárabhúmišástra ji nazývá *nirvána sadriša* – je podobná nirváně. Není nirvána, protože nirvána není vytvořena, ale je podobná nirváně. V čem se podobá nirváně? V nirváně není možnost ulpívat na počitcích. Protože nirvána je stav bez ulpívání. Ve čtvrté dhjáně též není možno ulpívat na počitcích, protože počitek se vyčistí tím, že jde nad štěstí. Jaký je počitek, který jde nad štěstí? Musíme zažít to perfektní štěstí třetí *dhjány*, abychom mohli meditovat na to, jaký počitek jde *nad* štěstí.

Samozřejmě my praktikujeme *šamathu*, abychom zažili čisté, nezašpiněné štěstí. To je účel *šamathy*. To je utišení. A čisté štěstí je paradox, protože čisté štěstí je nad-štěstí. Jak poznáme štěstí, které jde nad štěstí? Tím, že jasně vidíme, že jakýkoliv počitek, který dává možnost ulpívání je pouze a jen hrubý počitek. Tak poznáme jak jít nad štěstí. Ale abychom šli nad štěstí nejprve musíme jít, abychom se dostali do první *dhjány*, musíme jít nad duchovní strast. V dhjáně žádná duchovní strast nemůže existovat. Jestliže máme duchovní strast, nikdy se do *dhjány* nedostaneme.

Ale v první dhjáně, protože ještě existuje tělesnost, v našem případě samozřejmě tělesnost bude existovat i ve čtvrté dhjáně, protože nejsme perfektní jogíni, i když se budeme možná cvičit celý život, přesto ale ve stavu *dhjány* za těmi počitky nepůjdeme. No a to je, jako by tam

nebyly. Z hlediska teoretického, z hlediska perfektního jogína, jako byl Buddha a jeho učitelé a někteří velcí jogíni, jako Sü Jün (Xu Yun) v Číně, jako Kalu Rinpočhe[190]. Ti mohou jít do čisté *dhjány* bez tělesného počitku.

Ale my, normální jogíni, my to nedokážeme. Protože jsme nemeditovali dvacet let v jeskyni, ale přesto dostat se do *dhjány* není těžké. Jestliže naše mysl zůstane ve stejném počitku, zůstane ve stejném objektu a zůstane ve stejné mysli, která tento objekt vnímá, no to je též *dhjána*. No ale není to čistá *dhjána* a je to *dhjána* ze zašpiněním. Bohové též jsou různých kategorií, se zašpiněním, malým zašpiněním a čistým zážitkem. Celý vesmír je založen na počitcích. Bez počitků není nic. Žádné rozlišení. A žádné rozlišení neznamená, že rozlišení není. Rozlišení *je*, ale není možnost na něm lpět, protože nelpíme na počitcích. Rozlišení závisí na počitcích. Rozlišení ve světě je rozlišení počitků. To je třeba si uvědomit.

My žijeme v rozlišování počitků. A v naší společnosti celá propaganda, celý systém vlastně je manipulování s našimi počitky. Abychom se obrátili tam, abychom se obrátili tuhle, abychom dělali tohle a dělali zase tamto, abychom koupili to a nekoupili tamto, to je všechno rozlišování počitků. Nic jiného. A jsme samozřejmě polapeni počitky. Protože světská existence je existence závislá na počitcích. Nic jiného.

A proč je meditace šamatha tak důležitá? Protože je meditací odpojování se od počitků, tím, že zažíváme jemnější a čistější počitky. A abychom se dostali do třetí *dhjány*, *musíme jasně chápat hrubost počitku spojeného s radostí*. Jinak se do třetí *dhjány* nedostaneme. A kontemplujeme to kde? Kontemplujeme to v přístupové džháně. V této přístupové džháně my to můžeme chápat.

Už jsme se zmínili, z hlediska Abhidharmakóša máme dhjánu sa-asava, s přívalem nečistot z vnitřku nebo z vnějšku. Máme čistou dhjánu, to znamená, že zůstáváme stále na stejné úrovni. Máme progresivní dhjánu a o tu se jedná. Abychom se dostali výš, musíme praktikovat progresivní dhjánu. A pak je *dhjána* arahata, který už je nad počitky. Ale pokud nejsme nad počitky, my budeme stále praktikovat jenom, dá se říci, nečistou dhjánu. I když se dostaneme do čtvrté *dhjány*, tam už není žádný počitek, na kterém lze lpět, ale ty energie, které přizpůsobují to, že když vyjdeme z *dhjány*, stále ještě ulpíváme na počitcích, ty tam zůstávají. Těch se nezbavíme. Pokud z nás moudrost, odpojení se od počitků nedozrála.

Co je stav buddhy? Stav buddhy, plně probuzeného, ať už probuzeného jako žáka nebo jako plně probuzeného buddhu je stav vnímání počitků bez ulpívání. Jiný stav to není. Ať už se na ten stav připravíme jakoukoli metodou, to je ten stav, který chceme dosáhnout meditační praxí. Praxí zvládnutí koncentrace a moudrosti.

[190] Kalu Rimpočhe byl buddhistický láma, meditační mistr, vědec a učitel. Byl jedním z prvních tibetských mistrů, kteří učili na Západě. Žil 1905 až 1989. V češtině vyšel Tajný buddhismus (2008).

A teď v třetí dhjáně, v rozdělení máme dhjánu s radostí a dhjánu bez radosti. První a druhá *dhjána* se nazývá *dhjána* s radostí - sappitika[191] džhána. Druhá *dhjána* se nazývá *nippitika*[192] džhána. To znamená *dhjána* bez píti, bez radosti. Bez radování se. Bez povznešení. Bez radosti. A teď musíme, jak už jsem říkal, cítit tuto radost, toto povznesení jako hrubý počitek. Nežádoucí počitek.

V Jógáčárabhúmišástra se první a druhá *dhjána* nazývá sappitika, s píti – s radostí, s nadvznešením. Třetí *dhjána* se nazývá *nipítika*, to znamená *dhjána* utišení. Utišení čeho? Utišení radosti.

A čtvrtá *dhjána* se pak nazývá, co? Protože my praktikujeme dhjánu, protože chceme pociťovat slast. *Dhjána* je slast. A co je *dhjána* perfektní slasti? Upékšá *dhjána*. *Dhjána* plného odpojení. Čili čtvrtá *dhjána* se nenazývá *dhjána* utišení, nazývá se *dhjána* odpojení. A odpojení je ta nejvyšší slast. A ta nejvyšší slast je slast, která už nemůže myslí pohnout. Proto před čtvrtou *dhjánou* – všechny *dhjány* se nazývají *dhjány sa-indžita*, to znamená, které myslí mohou pohnout, čtvrtá *dhjána* se nazývá *dhjána*, která je nad možností pohnout myslí. Proč? Protože v první dhjáně jsme odhodili mentální strast, v druhé dhjáně jsme odhodili fyzickou strast, v třetí dhjáně jsme odhodili radost, ve čtvrté dhjáně jsme odhodili štěstí.

A získali jsme jen, co? Získali jsme jen perfektní upékša[193]. Perfektní upékša je spojená s čistou, bdělou pozorností, tomu se říká sati *visuddhi, smrti višuddhi*. A čistou *sampadžaňňa*[194]*, sampradžána*, s čistou moudrostí. Sampradžána doslova znamená s čistou moudrostí dávat věci dohromady (*sam*) nástrojem moudrosti. A kdy můžeme dávat věci dohromady nástrojem moudrosti? Za předpokladu, že nás už počitky nechytají. Jestliže nás počitky chytají, no tak my, na základě moudrosti naši zkušenost nemůžeme ocenit. A tato schopnost, tedy perfektního odpojení čtvrté *dhjány* je spojená s perfektní *smrti*, s perfektní schopností bdělé pozornosti. A s perfektní schopností dávat věci dohromady na základě moudrosti. Protože moudrost bude kompletní jedině za předpokladu, že na počitcích neulpíváme.

Proto čtvrtá *dhjána* je ta *dhjána*, kterou Buddha nejvíce chválí, která se podobá nirváně, ve které sám vstoupil do parinirvány, Buddha zemřel ve čtvrté dhjáně. A je to ta *dhjána* ve které není místo na ulpívání na počitcích. A tím pádem veškeré faktory vědomí, veškeré zkušenosti, které způsobují pohyb vědomí, mizí.

Ty jsme už vyjmenovali, těm se říká *apalakša* (*lakšana* znamená vlastnosti a *appa* znamená dolů). Způsobuje, že ty vlastnosti jsou podřadné. Ve čtvrté dhjáně už mysl se nehýbe, protože žádné podřadné vlastnosti *dhjány* už neexistují, protože meditující v druhé dhjáně opustil formace řeči (*vitarka*, *vičára*), v třetí dhjáně opustil radost a ve čtvrté dhjáně opustil štěstí.

[191] sappitika: (páli) doprovázený radostí
[192] nippitika: (páli) osvobozený od (pocitů) požitku – charakteristický pro 3. džhánu.
[193] upékša (upekkhá): doslovně „přihlížení“ na věci a jevy s vyrovnanou rovnodušností, s aktivním nezájmem, leč nikoli s tupou lhostejností. Je to jedna z deseti dokonalostí (páramita), ze čtvera nezměrných ctností (apramánašíla, appamánasíla) a ze sedmi součástí procitnutí (hódhjanga, bódždžhanga). (Vladimír Miltner: Malá encyklopedie buddhismu)
[194] sampadžaňňa: ‚jasné uvědomění‘. Více viz Slovník

Proč opustil štěstí? Protože poznal, že počitek se štěstím je přechodný počitek. Na štěstí je možné ulpívat. Právě proto Buddha učí, že neutrální počitek je jemnější než počitek, na který možno ulpívat.

Abychom to pochopili, musíme praktikovat dhjánu. Bez toho to nepochopíme. Že neutrální počitek je jemnější. Neutrální počitek je jemnější, protože není jasný. Když počitek není jasný, nebudeme na něm ulpívat. A pak samozřejmě existuje nebezpečí, že mysl se provalí, objekt nebude jasný. Ale ve čtvrté dhjáně objekt nemůže být nejasný, protože uvědomělá pozornost a schopnost dávat věci dohromady na základě moudrosti dozrála též, je vyčištěna. Takže objekt bude o to jasnější.

A tak se tato *dhjána* jmenuje *nirvána sadriša*, je podobná nirváně. Ten kdo se dostal do nirvány, co znamená nirvána? *Šat anga upékšá*. Upékšá vůči šesti smyslům. Jaká upékšá? Samskára upékšá. Upékšá čtvrté *dhjány* je též samskára upékšá. Upékšá formací. Formací vůle. Co jsou formace vůle? To jsou všechny mentální faktory jsou formace vůle. Tyto všechny mentální faktory pak mají jednu chuť a to je chuť odpojení. A to je ta nejlepší chuť. Ta nejjemnější chuť.

Právě proto v příjemném počitku rozlišujeme mentální příjemný počitek a tělesný příjemný počitek. Tělesný příjemný počitek existuje, teoreticky aspoň, ve sféře smyslů, ve sféře pěti smyslů. To znamená ve sféře, kde orientujeme naši mysl na pět smyslů. Bavíme se o tom, co jíme, o tom, co cítíme, o tom, co jsme ochutnali, o tom, co jsme pocítili nosem, co jsme viděli okem, co jsme slyšeli uchem, co jsme cítili tělem. Proto jsme ve sféře vnímání definovaným pěti smysly. No a to je tělesný počitek. Kája-indrija. To znamená počitek založený na smyslu těla. Tento počitek se v dhjáně ztrácí. V první dhjáně se ztrácí čich a chuť. A v těch dalších, vyšších dhjánách už pak, alespoň teoreticky, neexistuje jiný počitek, než mentální počitek. A mentální počitek je čím dál tím jemnější, čím víc nahoru jdeme.

A v dhjáně, jejichž objekt jsou jemné formy tento čistý počitek se stává jemnějším, jestliže se zbaví radosti, se stává ještě jemnější, jestliže se zbaví štěstí. A stává se tak jemný, že mysl už počitky není hýbaná. A to je čtvrtá *dhjána*. Ve čtvrté dhjáně počitky už myslí nehýbají. Není *iňdžita*[195], protože ve čtvrté dhjáně mysl jde nad příjemný počitek a nad nepříjemný počitek. Zbývá jen neutrální počitek a neutrální počitek je daleko jemnější než počitek ve čtvrté dhjáně. Ne před čtvrtou *dhjánou*. Před čtvrtou *dhjánou* neutrální počitek nemusí být jemnější než počitek štěstí, ale ve čtvrté dhjáně se neutrální počitek stává daleko jemnější než počitek štěstí, nemluvě ani o radosti.

A protože je tak jemný, je spojený s čistou uvědomělou pozorností a s čistou schopností dávat věci dohromady na základě moudrosti. Proto čtvrtá *dhjána* je ideální pro *vipassanu*. Co chceme dosáhnout vipassanou? To, že mysl se nebude hýbat. Nehýbat to neznamená, že nezažívá příjemné počitky, nezažívá nepříjemné počitky. Zažívá je. Dokonce i intenzivněji,

[195] S hnutím, s pohybem. Vlastnost první až třetí dhjány. Čtvrtá je bez pohybu *nirdžita*.

protože je vyčištěna. Ale není místo na ulpívání na nich, díky tomu, že právě ta bdělá pozornost a schopnost dávat věci dohromady moudrostí, dozrála. Proto je čistá.

A to je ten postup, jakým se dostáváme do stavu plného odpojení. Stav plného odpojení na základě nejjemnějších jemných objektů. Proč nejjemnějších, jemných objektů? Protože i formace těla, což je nádech a výdech, též ustávají. Nádech a výdech může též počitek změnit. Nádech a výdech už také tam není. No tak počitek zůstává nezměněn. A proto vlastně tento stav není nirvána, protože když z toho stavu vystoupíme, ty semena minulých zvyků se zase vrátí. Proto je to přechodný stav. A jak se dostane meditující do čtvrté *dhjány*? Že medituje potom, co dosáhl čistého štěstí, medituje na hrubost štěstí. Na to, že počitek bez štěstí, počitek plného odpojení je daleko jemnější než počitek se štěstím. V jakém stavu na to medituje? Zase v přístupové dhjáně.

Z hlediska literatury, my, obyčejní jogíni, my nemůžeme pravděpodobně v tomto životě zažít nic jiného, než přístupovou dhjánu. Ale přístupová *dhjána* je též *dhjána*. A dá se používat bez problémů k vipassaně. A ten, kdo používá dhjánu ve vipassaně, má daleko snazší cestu k realizaci než ten, který dhjánu nepoužívá. Proč? Protože, to jsem vysvětlil, když máme dhjánu vidíme mysl samotnou. Ale ta mysl je předcházející mysl. V jižním buddhismu se říká – vystoupit z *dhjány*, praktikovat *vipassanu*. V severním buddhismu se to nazývá praktikovat vipašjanu ve dhjáně. Ale jedná se o stejnou zkušenost. Protože objekt, který meditující kontempluje je objekt *džhány*, počitek, který meditující kontempluje je jako přechodný počitek, je též počitek *džhány*. No a vědomí, které tento počitek vnímá je též přechodné vědomí.

A toto je zkušenost, kterou kontemploval též jasně první podle Madždžhimanikája, Upakléšasutta, první Buddha pod stromem probuzení praktikoval perfektní čistou dhjánu. A pak ve dhjáně praktikoval vipašjanu na základě nadpřirozených schopností, které jsou produktem *džhány*. Rozdíl mezi obyčejnou džhánou a džhánou s nadpřirozenými schopnostmi je, že v obyčejné džháně se vědomí prohloubí v objekt, zůstává u stejného objektu a nemůže měnit objekt. Ale ve dhjáně spojené s nadpřirozenými schopnostmi meditující zůstává v síle *dhjány*, v síle mysli, která je ve stavu pohroužení a mění objekt podle toho, jak potřebuje. To je podle jižní tradice a severní tradice a též podle základního buddhismu, v zenu to vidíme trochu jinak. To je zkušenost, kterou prošel Buddha pod stromem probuzení. Použil perfekci v dhjáně, která vede k nadpřirozeným schopnostem, k vipassaně. A poznal své minulé životy a poznal jak my, nevědomé bytosti na základě na základě uvázanosti na počitky se zrozujeme a přecházíme z jednoho života na druhý.

Žák se chce zbavit tohoto procesu, *bódhisattva* se chce stát mistrem tohoto procesu. To je rozdíl mezi cestou bódhisattvů a cestou žáků. Jiný rozdíl není. V odpojení v počitcích jsou stejní. Ovšem *bódhisattva*, nestačí mu odpojení od počitků, chce aby se stal pánem počitků, aby mohl pomoci druhým ke štěstí. Protože štěstí je též počitek. A to nejvyšší štěstí je právě štěstí odpojení, ať už pro bódhisattvy, ať už pro žáky.

Dneska jsme už přetáhli o deset minut. Příště to dáme dohromady trošku na základě textu, abyste tomu textu lépe rozuměli. A můžeme jít dál. Možná už v příští hodině, a to je k meditaci *mettá*. A ke čtyřem nejlepším… po vysvětlení *dhján* Kumáradžíva (Kumáradžíva byl určitě též buddha, probuzený *bódhisattva* je též buddha), po vysvětlení čtvrté *dhjány* vysvětlení čtyř nejlepších přebývání. Co jsou nejlepší přebývání vědomí? Obzvláště pro bódhisattvu? Přebývání v lásce, soucitu, v radosti a v odpojení. A abychom v nich přebývali plně, musíme se naučit dhjánu, musíme se naučit *vipassanu*. Pokud tyto schopnosti nemáme, no tak je plně nezažijeme.

Tak pro dnešek asi takhle.

Loučíme se předáním zásluh pro dobro všech bytostí. Jako obvykle. A tím tady to uzavřeme.

(11. část)

Minulý týden, jestli si dobře pamatuji se spíše probrali ty *džhány* z hlediska filosofického pochopení a trošku z hlediska praxe. Dneska, než se budeme věnovat další části, což jsou brahmavihárу – ty jsou velice důležité a ty vlastně se nejlépe praktikují na základě džhán. Proto první *džhány* a pak brahmavihárу. A než se pustíme do těch brahmavihár, tak bych chtěl aspoň dneska definitivně skončit s těmi důležitými věcmi, co nacházíme v textu, co se týkají třetí a čtvrté *džhány*, co nám pomůže lépe k pochopení toho, co jsem vyprávěl v posledních dvou týdnech. A pak můžeme začít s výkladem brahmavihár a tomu se též budeme věnovat doufám delší dobu a budeme se snažit to pochopit hlouběji.

Máte text před sebou, já vyberu, nebudeme číst větu po větě, já vyberu ty důležité věci, které jsou obzvláště důležité k pochopení těch hlavních problémů, které se týkají třetí a čtvrté *dhjány* a pochopení vůbec jak pracovat s počitky. Já jsem vysvětlil, že počitky je to, co nás vysvobozuje a je též to, co nás vlastně zavírá do samsárického cyklu utrpení.

A *džhány* jsou důležitou složkou v pochopení počitků. Pochopení počitků je samozřejmě spojeno s pochopením nestálosti. Jelikož my lpíme na počitcích, právě proto v buddhistické tradici jedna z vůbec nejdůležitějších meditací je na nestálost počitků. Počitky jsou nestálost. A mluvili jsme o tom, že my, když se dostaneme do čtvrté *dhjány*, vlastně jdeme nad počitky. A čtvrtá *dhjána* to neznamená, že nemá žádný počitek, bez počitků není vědomí, ale ten počitek není jasný. A tím, že není jasný vlastně se na něm nedá ulpívat. Je to neutrální počitek a je opakem definován počitek čtvrté *dhjány*, jeho charakteristika je podle *Abhidharmy* … opak toho, co vnímáme jako něco, co je objekt chtění a nebo něco, co je objekt nechtění. Něco, co máme rádi nebo něco. co se nám nelíbí. Čili je to nad libost a nelibost.

My, popletené bytosti většinou jednáme podle libosti a nelibosti. Ale ve čtvrté dhjáně už žádné místo pro libost a nelibost není. A právě proto, o tom teď budeme povídat, ve čtvrté dhjáně dojde k vyčištění uvědomělé pozornosti. Pokud nemáme čtvrtou džhánu, tak uvědomělá pozornost není čistá. Uvědomělá pozornost je čistá jestliže nemáme místo na libost a nelibost. A s uvědomělou pozorností se též vyčistí upékša. Upékša, jak už jsme říkali, zde se jedná o samskára upékša – to je vlastně stav, že neulpíváme na příjemném a nechceme násilím odstranit nepříjemné.

Mluvili jsme o tom, že podle buddhistické psychologie v každém zdravém stavu vědomí *by měla být* tato *samskára upékša*. Odpojení se od ulpívání na příjemném a od násilného odrážení toho, co je nám nepříjemné. A tento komplex, kterému se říká *madhjatatá*, bytí ve středu dozraje teprve až ve čtvrté dhjáně. Než se dostaneme do čtvrté *dhjány* tak nedozraje.

A právě proto čtvrtá *dhjána* je vlastně, co se týče *vipassany*, je ten nejpříznivější stav. Není místo, jestliže mluvíme o zenu nebo čchanu, mahámudrá, přesto, že není důraz na čtvrtou

dhjánu, vlastně se jedná o pochopení této situace. Být ve středu a nemít místo na libost a nelibost. To neznamená býti zombie, ale to znamená naplnění uvědomělé pozornosti. Naplnění uvědomělé pozornosti je stav kdy se dostáváme nad pocity. A pocity přicházejí a my je bereme jako něco neskutečného. Proč je to neskutečné? Protože hýbají myslí. To, co hýbe myslí, to jsou počitky, především počitky, protože počitky se mění, mění se vnímání. A protože počitky a vnímání se mění, tak uvědomělá pozornost je, dá se říci, v handicapu.

A pokud nezískáme perfektní stav bytí ve středu, tak my si ten handicap neuvědomíme. A to je třeba jasně poznat. A to je též vysvětleno velice dobře v tomto textu, kterým se teď zabýváme. Čili, jak už jsme se zmínil naposled, druhá *dhjána* je stav slasti, vysoká slast. Tak vysoká slast, že jsme perfektní jogíni a máme *appaná samádhi*[196], jak už jsem se zmínil, v appaná *samádhi*, v druhé dhjáně, už prakticky tělo jogín necítí. To asi nebude v našem případě, protože naše koncentrace a naše těla nejsou tak perfektní, ale vlastně jsme nastaveni na tento stav. Být nastaven na tento stav, tomu se říká upačára *dhjána*, přístupová *dhjána*. My, obyčejní jogíni se dostaneme do přístupové *dhjány* a můžeme používat tuto přístupovou dhjánu k praxi vipašjany. A můžeme získat osvobození. Ale ne perfekci v dhjáně. Mluvil jsem o tom, že perfekce v dhjáně nepatří nám, obyčejným jogínům, patří Buddhovi samotnému. Ani *arahat* nemá perfekci v dhjáně. Jenom Buddha samotný má perfekci v dhjáně. Ani Moggallána nemá takovou schopnost použít dhjánu k nadpřirozeným schopnostem a dozrání moudrosti, jako Buddha samotný, díky jeho *páramí*[197].

Mluvili jsme též o tom, že podle ágama, podle základního písma buddhismu, Buddha pod stromem probuzení praktikoval nejdříve perfekci v dhjáně a potom získal probuzení. On už samozřejmě tu perfekci měl, ale zopakoval si ji.

A teď, co je důležité v tomto textu, čemu bychom měli věnovat pozornost. Abychom se dostali z druhé *dhjány* do třetí *dhjány*, text jasně vysvětluje, že musíme mít hlubokou zkušenost toho, co dělá tu druhou dhjánu ne úplný stav utišení. Co brání plnému stavu utišení. Jestliže nepoznáme ty faktory, které brání plnému stavu utišení, nemůžeme jít nahoru. My jdeme nahoru, protože jsme si vědomi těch stavů, které brání plnému utišení. A ty stavy jsou čím dál jemnější, čím víc jdeme nahoru.

A text, jak uvidíme, jasně mluví o tom, že ve stavu *dhjány*, tady na začátku říká, že ve druhé dhjáně existují samozřejmě (zdůrazňuje samozřejmě) rušivé vlivy na vědomí. Proč? Protože my, obyčejní jogíni, my nejsme arahati, nejsme buddhové, my jsme neodstranili *latentní* tendence k zašpinění vědomí. A ty latentní tendence se objevují i ve stavu *dhjány*. To

[196] appaná-*samádhi*: ‚plné (pevné) soustředění' (appéti = upevnit), je soustředění přítomné v pohroužení (džhána), zatímco přístupové či sousedící soustředění (upačára-*samádhi*) se jen přibližuje prvnímu pohroužení, aniž by ho bylo dosaženo. (Nyanatiloka Thera: Buddhistický slovník)

[197] *páramí* či páramitá: ‚dokonalost'. Deseti dokonalostmi vedoucími k buddhovství jsou: 1. dokonalá štědrost (dána-*páramí*), 2. dokonalá etika (síla-*páramí*), 3. dokonalá zdrženlivost (nekkhamma-*páramí*), 4. dokonalé poznání či moudrost (paňňá-*páramí*), 5. dokonalá energie či úsilí (virija-*páramí*), 6. dokonalá trpělivost (khanti-*páramí*), 7. dokonalá pravdivost (sačča-*páramí*), 8. dokonalé rozhodnutí (adhitthána-*páramí*), 9. dokonalá dobrotivost (*mettá-páramí*) a 10. dokonalá vyrovnanost (upekkhá-*páramí*). Více viz Slovník

neznamená, že nejsme ve dhjáně. Jsme ve dhjáně, ale ty latentní tendence se vyjeví. Se vyjeví, ale *nezmění* vlastně stav vědomí. Jestliže naše *dhjána* je hluboká.

Abhidharmakóša učí, že než se dostaneme do sféry vnímání založené na jemných formách rúpa dhátu, veškeré zašpinění vědomí mají co dělat s chtíčem. Patří podle *Abhidharmakóša* káma ásava. To znamená přílivu a vlivu zašpinění do vědomí, přílivu z venku, odlivu ven na základě těchto hlavně, dominantně na základě chtíči po objektech pěti smyslů.

A jestliže se dostaneme do *dhjány*, pak to neznamená, že ty přílivy a odlivy nečistot do vědomí jsou úplně zastavené, nejsou zastavené, ale budou patřit, podle *Abhidharmakóša bháva ásava*[198] - ulpívání na existenci. Ulpívání na existenci je daleko jemnější, daleko hůř se pozoruje než ulpívání na smyslových požitcích. Ulpívání na smyslových požitcích můžeme lehce objevit. Ale ulpívání na existenci potřebujeme daleko hlubší moudrost, abychom toto ulpívání mohli objevit. To je důležité pochopit.

A na to právě praxe *dhjány* též, abychom si uvědomili, že v jemnějším stavu, protože *dhjána* je jemnější stav vědomí, jak hluboké vlastně ulpívání na existenci máme. A to hluboké ulpívání na existenci je též vlastně zdroj ulpívání na smyslech, jestliže jsme spojeni s objekty pěti smyslů. Ale ve stavu *dhjány* není pro mysl, jestliže dhjánu neopustíme, není pro mysl prostor pro ulpívání na objektech pěti smyslů. Tento prostor se zmenšuje v první dhjáně a pak mizí v druhé dhjáně. Proto, jak jsme vysvětlili, druhá *dhjána* je stav ticha.

Ale, co se objevuje? Objevuje se ty přílivy a vlivy nečistot do vědomí na základě ulpívání na existenci. To znamená, pokud nejsme probuzení, nesprávné názory, povýšení, užívání si. Užívání si čeho? Jemného mentálního počitku. A toto užívání jemného mentálního počitku též ruší vědomí. Ale vědomí musí být jemné, aby to pochopilo. Hrubší vědomí to nepochopí. A Buddha vysvětluje kromě jiného, jak už jsem řekl, stav probuzování je stav zakoušení, stav poznání čím dál tím jemnějších počitků. Až všechny počitky se stanou něčím, co není skutečné. Co je skutečné? V *jógáčára* tradici, kterou někdy se budeme též zabývat, vlastně skutečná šamatha se nevysvětluje jako stav *dhjány*, skutečná šamatha se vysvětluje jako stav nehybné mysli. A jestliže tento stav pochopíme, pak vipassaná je pochopení mysli, která se hýbe. Hýbe se na základě čeho? Na základě počitků.

A teď, abychom se dostali do třetí *dhjány*, musíme mít odpojení se od počitků. Od jakého počitku? Od počitků slasti. A musíme mít uvědomělou pozornost. Samozřejmě uvědomělá pozornost existuje též v první dhjáně, v druhé dhjáně i v přístupové dhjáně, ale ta uvědomělá pozornost ještě není jasná díky právě slasti. Protože ta slast je něco, co si meditující přeje, čím se kochá, tak to nemůže jasně vidět, pokud jeho uvědomělá pozornost a uvědomění nedozrají. A aby se dostal do třetí *dhjány*, musí jasně vidět, že slast je rušivý faktor v hluboké koncentraci.

Ale pozor! My praktikujeme *šamathu*, abychom zažili štěstí. Ale skutečné štěstí je nad-slast a skutečné štěstí je nad-štěstí. Co je skutečné štěstí, které je nad štěstím? No právě o tom jsme se zmínili, to je právě ta uvědomělá pozornost a odpojení, které dozrálo. Protože dozrálo, je

---

198 bhavásava: ‚zákal (způsobený touhou po věčném) bytí‘. bhava+asava

čisté. Pokud nedozraje, to není čisté. A dozraje, protože jsme si jasně uvědomili to nečisté. Proto to čisté může dozrát. Jestliže jsme si neuvědomili to nečisté, čisté nikdy nemůže dozrát. A čisté dozraje ne tím, že to nečisté potlačíme, ale čisté dozraje tím, že to nečisté pochopíme uvědomělou pozorností. Že to pochopíme právě tím odpojením.

Takže když máme uvědomělou pozornost a odpojení, my sice počitky můžeme mít, ale my se s nimi neidentifikujeme. Proto není místo na stav opojení se sám sebou. Když máme slast, je velmi lehké se opojit sám sebou. Tomuto stavu se říká v sanskrtu *mada* – opilost. Stav slasti je podobný stavu opilosti, ale abychom to chápali, musíme se dostat do tohoto jemného vědomí.

A tak se někdo ptá, nějaký mnich, že třetí dhjánu obdržíme tím, že se zbavíme slasti a praktikujeme odpojení, stav vědomí, který neulpívá na to, co chceme a co nechceme. A proč se odpojí? Protože vlastně vidí, že ta slast se lehce stane objektem ulpívání. Proto se odpojí. A to, na čem můžeme ulpívat, to nedovolí, abychom dosáhli plný stav, čistý stav bdělého uvědomění. To není možné.

A čtvrtá *dhjána* je čistý stav bdělého uvědomění, protože není místo na ulpívání na počitcích. Proto, jak jsem vysvětlil poslední neděli, v tradici *Jógáčára* čtvrtá *dhjána* se nazývá *nirvána sadriša*, že je podobná nirváně. Proč je podobná nirváně? Protože není místo na ulpívání na počitcích. Kde se nachází *arahat*? Ve stavu, kde není místo ulpívání na počitcích. Tam se nachází. A proto tento stav, u arahata je ale stálý, ale ve čtvrté dhjáně, když z ní vystoupíme, no pak tam není. Ale jednou, když to tou *dhjánou* známe, jsme s ní familiární, je to spojeno s moudrostí. Jakou moudrostí? Že vlastně utišený počitek je ten *nejlepší* počitek. A toto vědomí nějak zůstává. Ačkoli je otřeseno a bude stále otřeseno, pokud nebudeme buddhové, no tak ten zůstává. Protože jednou, když opravdu dhjánu dosáhneme, my ji nemůžeme ztratit. To je výhoda praxe *dhjány*.

Stejně tak, jako když jednou dosáhneme skutečného stavu probuzení, ať už cestou *daršana-márga*[199] – vidění, nebo cestou po vidění meditace, tak též to nemůžeme ztratit. Proč? Protože tento stav zanechává *hluboké* stopy ve vědomí, které neodcházejí. Proto se *nedá* zapomenout. To, co nezanechá hlubokou stopu ve vědomí, na to zapomeneme. Ale to, co zanechá hlubokou stopu ve vědomí, na to nezapomeneme. Ať už je to z hlediska pozitivního nebo negativního stavu, žádný hluboký pozitivní nebo negativní stav se nedá zapomenout. A *dhjána*, nemluvě ani o osvobození, je hluboký pozitivní stav, do kterého se kdykoli meditující může vrátit. Jestliže ho ztratí nebude to ztráta na dlouhou dobu, vždy se může k němu vrátit.

Takže do třetí *dhjány* se dostaneme tím, že jogín medituje na nevýhody slasti a tím se od slasti odpojí. Text vysvětluje, že právě štěstí my meditujeme, abychom zažili štěstí. Obzvláště šamatha je kontemplace štěstí, čím dál tím jemnějšího štěstí, vlastně šamatha je meditace o štěstí. Nižší štěstí první a druhé *dhjány* se nazývá štěstí se slastí. Štěstí třetí *dhjány* je vyšší,

---

[199] daršana, dassana: na rozumu založený úsudek, který dokáže překonat vášně (kléša) duševní povahy, stejně jako nesprávné názory (dršti), pochybnosti (vičikitsá) a lpění na obřadech a pravidlech. - Cesta vhledu (daršanamárga), která od pouhé důvěřivé víry ve čtyři ušlechtilé pravdy vede k jejich věcnému pochopení, činí z dharmánusárina či šraddáhusárina „toho, kdo vstoupil do proudu" (šrótápanna). (Lexikon východní moudrosti)

protože se nazývá štěstí utišení. Štěstí utišení čeho? Štěstí utišení slasti. Štěstí utišení slasti je nad štěstí. Ale pokud nepraktikujeme, no tak to nemůžeme pochopit. A štěstí čtvrté *dhjány*, která je nad štěstím, ale my meditujeme *šamathu* kvůli štěstí, jak to nazvat? Štěstí odpojení! Odpojení od čeho? Od prostoru, který *umožňuje* ulpívání na počitcích. Ve čtvrté dhjáně už tento prostor ve vědomí není. Pokud jsme ve čtvrté dhjáně. Když ji opustíme, zase tam bude. Ale ten stav, že opuštění prostoru pro ulpívání na počitcích, ten nám otevírá nové prostory.

Takže jsme pochopili slast jakožto hrubý počitek a jdeme výš. Jestli jsme nepochopili slast jako hrubý počitek, nejdeme výš. A abychom pochopili slast jako hrubý počitek, musíme tu slast nejprve plně zažít. Plné zažívání slasti je druhá *dhjána*.

A teď jogín se ptá Kumáradžívy (nebo, kdo ví) a otázka je: Ve třetí dhjáně hovoříme o *jednobodovosti*. Mluvili jsme o tom, že jednobodovost je základem *ášraja* – všech *dhján*. Bez jednobodovosti se do *samádhi* nedostaneme. *Samádhi* ve smyslu prohloubení. Samozřejmě *samádhi* má mnoho, mnoho různých významů, ale základní význam je prohloubení. A do prohloubení se nedostaneme, jestliže tam ta jednobodovost není. V jógáčáře ve vysvětluje *samádhi* jakožto *zvyk* jednobodovosti. Jestliže máme zvyk jednobodovosti, půjdeme do *samádhi* přirozeně. Jestliže tento zvyk nemáme, musíme o jednobodovost bojovat. A to bojování o jednobodovost je vlastně učení se dhjáně. To učení se *dhjány* dlouho, dlouho trvá. Dosažení *dhjány* je pouze jen krok, důležitý krok, ale pouze jen krok ke skutečnému poznání *dhjány*. Skutečné poznání *dhjány* je jestliže všechny rušivé vlivy ve vědomí odpadají. A ve vědomí *není* prostor pro pohyb.

Protože pohyb je zaviněn, to je těžko pochopit, je zaviněn právě ulpíváním na počitcích. Protože ulpíváme na počitcích, vnímání se stále mění, protože vnímání se stále mění my nezrcadlíme objekt, ale my se honíme za objektem. A kdo je buddha? Buddha zrcadlí objekt. Za žádným objektem se nehoní, a proto může všechny objekty posoudit podle jejich skutečné povahy.

A teď, tato odpověď je důležitá. To jsem si poznamenal. V třetí dhjáně meditující jasně zažívá štěstí s celým tělem. Vysvětlili jsme už, že zde tělo znamená mentální tělo. Máme mentální počitek a máme tělesný počitek. Tělesný počitek, pokud nejsme v dhjáně, no tak je počitek založený na kája indrija, na schopnosti cítit tělem. Ale v dhjáně tělo jde do pozadí. Jestliže se staneme velkými jogíni a to nebude hned příští pátek, tak pak tělo vlastně vůbec necítíme. To je skutečná *apána*. Jestliže tělo ještě cítíme, tak vlastně striktně řečeno jsme v přístupové dhjáně. Ale v přístupové dhjáně též můžeme perfektně meditovat, ale utišení nebude plné.

Co znamená meditovat? Meditovat znamená kultivovat. To je vlastně překlad indického bhávaná. Kultivovat ty ctnosti, které potřebujeme, abychom získali stav buddhy. A to je meditace. My meditujeme, abychom kultivovali, abychom dále rozvíjeli ty ctnosti, které potřebujeme k tomu stát se buddhou. A ta nejvyšší ze všech ctností je moudrost. A moudrost nebude moci získat jasnou podobu, pokud nebude doprovázena jednobodovostí vědomí.

Jednobodovost vědomí neznamená jenom že se prohloubíme v daný objekt, jednobodovost vědomí znamená, že vědomí se věnuje tomu, čemu se věnuje, ať už je to objekt nebo bezobjektní pozornost a nehýbe se. To je jednobodovost. A pak my chápeme, že se hýbe, jestliže se hýbe, no pak hýbe díky počitkům. Ale my máme uvědomělou pozornost, proto si to uvědomujeme. Normálně si to neuvědomujeme. Na to je též džhána dobrá, abychom si to uvědomili. Počitky jsou nestálé. A v dhjáně právě ideální stav meditovat na nestálost počitků. protože počitky se budou měnit, jestliže mysl se bude měnit. A ve dhjáně je mysl nemění, protože objekt se nemění. Když se mění a měnit se budou, protože máme stále ty *anušaja*[200], ty latentní tendence, měnit se budou, ale ta změna se nám nebude zdát skutečná. Když nejsme ve stavu *dhjány*, no tak ta změna se nám bude zdát skutečná. Bude zdát skutečná. A my ji budeme sledovat. Ne s odpojením, ale s ulpíváním. A z toho nastávají ty stavy nestálosti.

Takže, co je tady důležité, v tomto textu, já jsem si to poznamenal jako 16. stránku, je tam otázka: tady ve třetí dhjáně hovoříme o jednobodovosti vědomí s bdělou pozorností. A proč se o tom nehovoří v první a druhé dhjáně, protože tam také samozřejmě musí být bdělost, já to překládám dohromady jako jedno slovo – uvědomělá pozornost, ale přeložíme *sati* jako bdělost a awareness jako uvědomělá pozornost. Samozřejmě v každé dhjáně musí být uvědomělá pozornost a bdělost. Jinak bez toho se nikdy do *dhjány* nemůžeme dostat. Ale proč se o tom zmiňuje tady učitel, buddha jenom ve třetí dhjáně? A vysvětlení je, že ta odpojenost od formací vůle, od sanskár *dovoluje*, aby se vědomí odpojilo od rozlišování mezi dobrým a zlým. To je důležité. Odpojeno od rozlišování mezi dobrým a zlým. Ve stavu hlubšího utišení my už nepotřebujeme oddělovat mezi dobrým a zlým. Protože my oddělujeme hlavně též mezi dobrým a zlým na základě počitků. Čili tato jednobodovost mysli a jednobodovost mysli je základ pro dhjánu, tato jednobodovost mysli už se dále, hlouběji krystalizuje tím, že vlastně mysl *odmítá* rozlišování mezi dobrým a zlým. Čili je otevřená pro perfektní uvědomělou bdělost.

A jestliže si toto meditující uvědomuje, tak je otevřen pro čtvrtou dhjánu. Jak se otevřen pro čtvrtou dhjánu? Text jasně vysvětluje. Protože vidí v té třetí dhjáně tři nedostatky. Za prvé, protože mysl zažívá tak jemný pocit, tak má tendenci být aktivní. Protože, když je ten pocit příliš jemný, to znamená zažíváme hlubokou koncentraci. Hluboká koncentrace je stav, kdy mysl jde ke dnu. Ke svému dnu. Ať už to nazveme *álaja*, ať už to nazveme *vipassanu*[201] v *théravádě*. Mysl má zaklad. No a ten základ je otevřen pro podvědomí, různé obrazy atd. a klesání. Když ve stavu hluboké koncentrace se různé obrazy objeví v mysli, to je stav klesání mysli. Máme jemný stav a ta tendence ke klesání mysli je, jak může meditující jasně vidět, jako překážku.

Takže za prvé: vědomí, když je jemné a hluboké vědomí, čím hlubší vědomí, tím jemnější, když je vědomí jemné, má tendenci klesat. Když má tendenci klesat, není aktivní. My nepoužíváme,

---

[200] anušaja, anusaja: latentní sklony a neprojevené vášně, které dřímají v podvědomí na rozdíl od aktivních vášní či posedlostí (parjavastthána, padždžavatthána), ovládajících vědomí jedincovo. Více viz Slovník

[201] *vipassanu*-sóta a *vipassanu*-čitta: první pojem může být pracovně překládán jako ‚spodní proud tvořící podmínku existence', druhý jako ‚podvědomí'. Více viz Slovník

abychom udrželi stav, musíme používat jisté úsilí. Ten stav úsilí musí být rovnoměrný. Jestliže stav úsilí není rovnoměrný, no tak není též rovnoměrné. No pak jsou výkyvy. Buď ve směru klesání a nebo ve směru zvedání se, poskakování. Buď poskakujeme anebo padáme. Jestliže jsme v jemném stavu, my se bráníme těmto tendencím a tím pádem snažíme se o to, aby naše úsilí zůstat v tomto stavu bylo rovnoměrné. A jelikož rovnoměrné není, tak vědomí se může poplést.

A proto, přesně jak vysvětluje Jógáčárabhúmišástra, aby tomu meditující zabránil, když vědomí klesá, musí ho pozvednout, když vědomí má tendenci stoupat, musí ho zastavit, a když se může vyvarovat těmto stavům, tak musí vědět, jak se od toho odpojit, od všeho. Aby vědomí zůstalo ve stejném stavu. A pak ta třetí *dhjána* se stane přirozeným stavem. A když má přirozený stav, nemá úsilí ji udržet, tak může vnímat čím dál tím jasněji tu nevýhodu. Co je nevýhoda? Že ještě to utišení není perfektní. Šamatha je kultivace utišení. To utišení, když není perfektní, no tak se snažíme, aby perfektní bylo. Ve třetí dhjáně se snažíme, aby utišení bylo perfektní tím, že meditujeme na to, že tento stav štěstí je ještě stavem přechodným.

A teď je krásné přirovnání tady, které pochází z ágamy. Ten stav štěstí, stav třetí *dhjány* je stav čistého štěstí. Stav druhé *dhjány* není stav čistého štěstí, protože je se slatí. A tento stav je jako umytí obličeje v čisté vodě. Zatímco stav utišeného štěstí, ve třetí dhjáně je jako když vstoupíme do rybníka nebo jezera a celým tělem, zde mentálním tělem, vnímáme toto naplnění štěstí. Toto naplnění štěstím je pak perfektní, protože *celé* tělo ho vnímá. Zde celé mentální tělo.

A teď text popisuje různé druhy štěstí, nebudu se tím příliš zabývat, o tom už jsme mluvili, že je to vysvětlováno jinak v severní tradici, jinak v jižní tradici. V jižní tradici slast je vlastně něco, co se přirovnává k radování se nad objektem a to patří v jižní tradici do faktorů vůle, sanskára skandha. V severní tradici je to mentální příjemný počitek. No ale mentální příjemný počitek je též vlastně spojen s radováním. Tak jsou to jiné aspekty. A třetí *dhjána* je tělesná *dhjána*, ale tělesný počitek existuje jenom ve sféře poznání založeném na pěti smyslech, tělesných smyslech. A v první dhjáně též. V druhé dhjáně už tělesný smysl není. Není aktivní. A štěstí tedy v třetí dhjáně, tělesné štěstí se nazývá čisté mentální štěstí. Čisté mentální štěstí v tom smyslu, že prosycuje *všechny* mentální faktory, které jsou obsahem vědomí.

A jdeme do čtvrté *dhjány*. To bychom měli ukončit, abychom se mohli věnovat… A čtvrtá *dhjána*, jak jsme vysvětlili je čistá *dhjána*. Je čistá *dhjána* a všechny ostatní *dhjány* jsou vlastně *přípravou* na kultivaci, která vede k této čisté dhjáně. V této čisté dhjáně, jak už jsme vysvětlili, všechny rušivé faktory, praxe *šamathy* je kultivace utišení, veškeré faktory, které ruší utišení, odcházejí. Jak už jsme se zde zmínili, nejprve odchází *vitarka*, *vičára*. V druhé dhjáně pak odchází slast. Pak odchází štěstí. Čili dostáváme se *nad* mentální a tělesný příjemný a nepříjemný počitek.

A co vědomí zažívá, je stav *madhjatatá*, úplného středu. Stav tohoto úplného středu je stav počitku, který není ani příjemný, ani nepříjemný. Normálně jestliže nemáme příjemný ani nepříjemný počitek je to též upékša. Ale tato upékša se nazývá neutrálním počitkem. Ale ve čtvrté dhjáně, v *Abhidharmě* nejenom že mluvíme o neutrálním počitku, charakteristika počitku ve čtvrté dhjáně se nazývá doslova zkušenost opaku chtění a nechtění. To je počitek čtvrté *dhjány*. Zkušenost opaku chtění a nechtění.

Podle učení *Abhidharmy* se tento počitek, který jde nad chtění a nechtění se manifestuje, že počitek je *adhibhúta*, není jasný. Když máme nejasný počitek, ale ne ve stavu čtvrté *dhjány*, co se stane? Mysl klesá. Ale ve čtvrté dhjáně mysl nemůže klesat. Nemá kam klesat. Jestliže klesá, nejsme ve čtvrté dhjáně. Podle učení Abhidharmy *milápana*, to znamená hlavní příčina čtvrté *dhjány* je zmizení štěstí. Zmizení štěstí je štěstí čisté 😊 Jak může čisté štěstí být zmizení štěstí? Protože čisté štěstí je to štěstí, ve kterém není místo pro ulpívání na štěstí. Čili štěstí s neutrálním pocitem. Štěstí, kde je zkušenost opaku chtění a nechtění. To je nejjemnější štěstí. Zkušenost opaku chtění a nechtění je to nejjemnější štěstí. Protože my praktikujeme dhjánu za účelem kultivace utišení. Když se nacházíme v utišeném lese, abychom se snažili o tom, aby to štěstí nám bylo vlastní. Šanta vana se jmenuje utišený les. A toto utišené štěstí je to nejjemnější štěstí. Ve čtvrté dhjáně je přechodné, ve stavu nirvány zůstává. Není místo, aby toto utišené štěstí někam šlo.

A teď přeložíme jenom jeden odstavec.

Mettá

Jsme připraveni na vstup do meditace *mettá*, do praxe lásky, která nás všechny nechá růst. Podle buddhistického učení příjemný pocit je ten pocit, který nechává vědomí růst – *brúhana* [202] , nepříjemný pocit, je pocit, který vědomí „scvrkává" – *milápana*. A ten nejpříjemnější pocit je pocit, který nenechá vědomí ani růst, ani ubývat, ale nechává ho ve stavu úplného utišení. Abychom se tam dostali, musíme praktikovat lásku. Proč? Protože nejprve musíme zažít to nejkrásnější rozpínání vědomí, které je láskou, abychom si uvědomili, že láska bude perfektní jestliže nebude ani se zvětšovat, ani se zmenšovat. Proto v severním buddhismu, v cestě bódhisattvy stav lásky je neoddělitelný od stavu takovosti vědomí. V severním buddhismu perfektní láska, soucit, radost a odpojení je přirozený stav buddhovství. A o tom budeme mluvit.

Rozdíl v tradici žáků: objektem těchto stavů, nejlepších stavů, brahma znamená nejlepší, nejlepším stavem vědomí objektem jsou bytosti. V cestě bódhisattvů nejlepší stav vědomí objektem je buddhovství. To není špatné.

Tak skončíme tady. Podíváme jsou nějaké otázky k prodiskutování. A příště jdeme rovnou na *mettá*.

---

[202] brúhana: v páli – vývoj, přírůstek, expanze, kultivace

> Otázka: Bhante, když si uvědomujeme, že máme příliš násilnou, tlačivou pozornost, jak bychom ji mohli nahlížet, abychom se dostali do relaxované, uvolněné pozornosti?

Zvyk. Zvyk meditace. To jedině jde zvykem. My nejsme to, co jsme od pondělí do úterý, my jsme to, co jsme nasbírali, kolik let máš čtyřicet? čtyřicet tři let jsme to sbírali. A teď to chceš za den změnit, no není to směšné? Musíme dlouho praktikovat a nechat tu praxi přirozenou. A praxe bude jedině přirozená, když budeme probuzení. Teď vždycky bude nějak nepříjemná, protože chceme něco dělat, co je vlastně nepřirozené. To je učení transcendentální moudrosti, my neznáme přirozený stav. Právě proto děláme něco, co je nepřirozené. A přirozený stav je právě nirvána. Protože ta nikdy nevyvstala a to, co nikdy nevyvstalo, nemůže nikdy zaniknout. Je to tak. A my to neznáme, právě proto stavíme věci na hlavu. A stavíme věci na hlavu a tak se učíme. Ale ty staré zvyky tam budou, to se nedá nic dělat. Včera jsem mluvil ráno o tom, to byla také jedna otázka. To byla nějaká konference. O tom, co je přirozený stav, teprve má nějakou jasnější intuici, jestliže praktikujeme cestu žáků, jedině sótápanna. Ten trošku ví, co to je přirozený stav. Jestliže se stane sakadágámí, tak potom má trochu hlubší pochopení. Anágámi ještě hlubší pochopení, ale ještě to vůbec není přirozený stav. Teprve *arahat* má plné pochopení přirozeného stavu. Ale z hlediska plně probuzeného buddhy tento stav také ještě není úplně přirozený. Proč? Protože nirvána je opakem něčeho jiného. Ale jiný stav z hlediska transcendentální moudrosti vlastně neexistuje. Protože to, co se nezrodilo, nemůže nikdy zemřít. Je to tak.

Přeneseme zásluhy pro dobro všech bytostí. Nechť všem je buddhovství vlastní a budeme se o něj snažit a předávat ho druhým.

…

Čtyři brahmavihára - Praxe přátelskosti

Kumáradžíva

> Otázka: Jak meditující dosáhne mysli obdařené nezměrnou přátelskostí (přívětivostí)?

Odpověď: Meditující, který se opírá o čtvrtou dhjánu[203], uchovává v srdci bytosti v jednom městě a přeje jim štěstí. Podobně rozšiřuje své odhodlání učinit bytosti šťastnými na jednu zemi, na jednu Džambudvípu, na čtyři kontinenty [obklopující horu Sumer], na jeden, dva nebo tři malé chiliokosmy, až na neomezené nezměrné bytosti v deseti směrech, kterých je tolik jako písku v řece Ganze. Jeho mysl přívětivosti je všechny zahrne přáním jejich štěstí[204]. Jako například při zničení světa ohněm na konci eonu, [kdy už nebude žádná voda], v té době i ohnivá koule hasící vodu [v koruně krále Nágy] zhasne a už se neobjeví. V té době se mysl krále Nágy ve velkém oceánu silně rozruší. Nechá ze své mysli povstat vodu, která naplní oceán, a dešťová voda naplní celý vesmír. V té době se nebe a země naplní vodou až po okraj. Podobně meditující uhasí zášť a nenávist vodou velkého soucitu. Voda z ohnivé koule přívětivosti se začne šířit a nakonec naplní vše a prostoupí nezměrné a nekonečné bytosti. Přátelskost praktikujícího bude neustále a bez přerušení svlažovat všechny bytosti. Nebo mohou naslouchat jeho učení dharmy, čímž se zvýší jejich přátelská mysl. Myšlenka přátelskosti vůči všem bytostem bude prostupovat vším jako velký déšť a obšťastňovat svět čistým štěstím. Meditující se také může se všemi vnímajícími bytostmi podělit o štěstí ze svého soustředění na dhjánu a o štěstí z nirvány, která je koncem utrpení. Dokonce i nejvyšší skutečné štěstí všech buddhů chce předat všem vnímajícím bytostem. Díky síle své přátelskosti vidí, jak všechny bytosti v šesti říších existence v deseti směrech přijímají štěstí.

> Otázka: Jak je vysvětleno v Abhidharmě: „Co je to samádhi přátelskosti? Je to rozjímání o všech vnímajících bytostech prožívajících štěstí. Dokonce i v sútře je vysvětleno, že samádhi přívětivosti prostupuje bytosti v deseti směrech a vidí je všechny prožívat štěstí. Proč tedy jen říkáte, [že meditující] si přeje pouze učinit bytosti šťastnými?

Odpověď: V počátečním stádiu praxe se meditující rozhoduje učinit bytosti šťastnými, ale když vstoupí do hlubokého samádhi přátelskosti, skutečně je všechny uvidí zakoušet štěstí. To lze

---

[203] Porovnej Da Cheng Yi Zhang. 大乘義章 T.1851 svitek 11 Si Wu Liang Yi. 四無量義 kde praxe milující laskavosti začíná také od čtvrté dhjány.

[204] Srovnej V.M. tr. 334, Y.B.S. 209 atd., A.K. kap. 8 verše 29-31.a 大智度論 . 卷 20; Praktikující začíná tím, že si vezme za objekt jednoho šťastného člověka, a pak tento objekt rozšiřuje, jako se zvětšuje oheň přidáváním dalšího paliva.

přirovnat k tření dvou klacků, aby vznikl oheň. Oheň zpočátku spaluje měkkou suchou trávu, ale když zesílí, může najednou strávit vlhké stromy nebo dokonce celý horský les. Totéž platí pro přátelskost. V počáteční fázi meditace si člověk představí lidi, kteří prožívají štěstí, a rozhodne se podělit se o něj s těmi, kteří trpí. Když síla přátelskosti vzroste, člověk je skutečně uvidí prožívat štěstí[205].

> Otázka: Bytosti ho ve skutečnosti nedosáhnou, ale jak je může někdo vidět, jak prožívají štěstí, aniž by se dopustil mentální zvrácenosti?

Odpověď: Koncentrace je dvojího druhu: První se týká pozorování skutečných vlastností předmětů a druhé pozorování jejich prospěšného využití[206]. Například odhadce perel za prvé dobře ví, zda jsou perly drahé nebo levné, dobré nebo špatné, a za druhé je také dokáže dobře využít. Některý odhadce může znát pouze vlastnosti perel, ale neumí je použít, zatímco jiný je může použít, ale nezná jejich vlastnosti. Ještě jiný může znát charakteristiky a také je umět použít. Totéž platí pro meditující. Ti, kdo dosáhli svatosti[207], ale ještě se nevzdali touhy, jsou schopni rozjímat o pravých charakteristikách dharmy a čtyř ušlechtilých pravd, ale nemohou je používat, protože nepraktikovali čtyři nezměrné mysli. Když obyčejný člověk[208] opustí touhu a praktikuje dobré vlastnosti, může je použít při vytváření čtyř nezměrných myslí, protože nemůže rozjímat o pravých charakteristikách dharmy. Co se týče arahanta, který je dvakrát (oboustranně) vysvobozen[209], ten může pozorovat pravé vlastnosti dharmy, a protože má samádhi, je schopen praktikovat čtyři nezměrné mysli. Čtyři nezměrné mysli se mohou stát metodou, díky níž dosáhne osvobození. Protože jejich dodržováním prospívá bytostem, nelze to považovat za mentální zvrácenost[210].

Mimoto v buddhistické dharmě není žádná skutečná existence cítících bytostí. Jak je tedy možné považovat utrpení za skutečné a štěstí za mentální úchylku? Mentální perverze spočívá v připoutanosti k vlastnostem já, kde neexistují žádné vnímající bytosti[211]. Perverze tedy spočívá v tom, že (já) vidíme jako trvalé nebo nestálé, neomezené nebo omezené atd. Meditující o přátelskosti by měl vědět, že bytosti jsou jen koncept[212], podobně jako se kolo a další části sestavené dohromady nazývají vozem. Pokud se tedy mysl meditujícího stane díky praxi přátelskosti čistou, nejedná se o mentální úchylku. Navíc pokud žádné vnímající bytosti nejsou skutečné, je jejich přijímání štěstí mentální úchylkou. Protože jak skutečná existence,

---

205 大智度論。 svitek 20; Stejně jako vůle (čétana) zahrnuje všechny ostatní formace vůle (samskára), tak se v přátelskosti všechny mentální faktory (čaitta) mísí v jeden celek.
206 Srovnej Y.B.S. Samáhitabhúmi ve 40 druzích pozornosti; pozornost podle určení=adhimoksikiimanasikára 勝解作意 a pozornost ke skutečné charakteristice předmětů = tattvamanasikāra (真實作意) také v A.K. a Mahávibhášašástře.
207 Árjové = ti, kdo mají přímou zkušenost s nirvánou.
208 Prthagdžana.
209 Ubhájatovimukta = arahat se zvládnutím osmi osvobození.
210 Viparjása = považovat utrpení za štěstí.
211 Srovnej Y.C.B. Śrāvakabhūmi Shukla ed., 380.
212 Pradžňapti = neskutečné jméno [jia ming]

tak neexistence vnímajících bytostí jsou krajní názory, neměl by člověk považovat za mentální úchylku výhradně existenci bytostí. A navíc díky síle samádhi přátelskosti meditující skutečně vidí všechny bytosti prožívající štěstí stejně jako při praxi sfér celistvosti [krtsnájatana, kasina]. Když někdo dokáže díky síle svého soustředění dhjána změnit [barvu] předmětu z modré na červenou, tak, co je těžkého na tom vidět všechny bytosti vyznačující se štěstím? Všechny bytosti, ať už vznešené, nebo podlé, bohaté či chudé, nebo dokonce ty v říši divokých zvířat, každá z nich má svou vlastní [míru] štěstí. Vzájemně se utěšují, a přesto chudí nemají trápení bohatých a naopak.

Otázka: To může platit i v jiných stavech existence. Jak je to v pekelných sférách?

Odpověď: I bytosti v pekle mají svůj podíl na štěstí. Vidí z dálky horu mečů a řeku popela zesnulých (v pekle) v domnění, že jde o les a vodu, a vyvolají šťastnou mysl. Nebo vidí ženu sedící na stromě a vyvolávají šťastnou mysl, [neboť bytosti v pekle] si také váží svých těl kvůli mentální zvrácenosti sebe sama. Když je strážci pekla chtějí zabít, s pláčem utíkají a přejí si být osvobozeny. Když jim řeknou: „Odpouštím ti“, v srdci se radují, neboť jsou osvobozeny od tohoto utrpení. I oni tak mají svůj díl štěstí. Kromě toho může praktikující přívětivost díky svým nadpřirozeným schopnostem učinit bytosti šťastnými prostřednictvím nejrůznějších dovedných nauk nebo jim může dát vše, co má, a prospět jim svým tělesným a slovním jednáním. Jestliže všichni buddhové a bódhisattvové hluboce milují a opatrují všechny vnímající bytosti ve zlých osudech, ve skutečnosti umožňují těmto bytostem dosáhnout všech druhů štěstí. Proto se nejen odhodlávají, ale také skutečně činí bytosti šťastnými.

Otázka: Jaké vlastnosti získává člověk, který je přátelský?

Odpověď: Praktikováním přátelskosti se lze vyhnout všemu zlu. Je to podobné, jako když tomu, kdo se umí chránit, nemohou ublížit lupiči. Pokud mu budou chtít ublížit, zažijí jen sami trápení. Narazí-li člověk dlaní o kopí[213], poraní si pouze dlaň, kopí neutrpí žádnou škodu. (Praktikujícího přátelství) nemůže trápit pět druhů špatné řečí, totiž pět vad řeči, jimiž jsou lež, hrubá řeč, předčasná řeč, pomluva a neužitečné [lehkovážné] řeči. Stejně jako nemůže být zničena velká země, neuškodí mu ani všechny druhy zášti, dotěrnosti, pomluv a hanobení. [Praktikujícího přátelství] lze přirovnat k prostoru, kterému nikdo nemůže ublížit, jeho moudrost bude poddajná jako božské roucho. Kromě toho praktikujícímu, který vstoupil [do samádhi] přátelskosti, nemohou ublížit divoké šelmy, jako jsou tygři, vlci, ani jedovatí hadi, stonožky, zvířata, nemohou mu ublížit, jako nemůže být ublíženo člověku, který vstoupil do nedobytné pevnosti. Dosahuje těchto a dalších nezměrných vlastností[214].

---

[213] Viz S.N. tr. Bhikkhu Bodhi Wisdom Press 2000: Oppamasaṃyutta, 707.
[214] Srovnej V.M.tr.: 337-9.

Otázka: Takové jsou vlastnosti přátelskosti. Jaký je samotný faktor přátelskosti?

Odpověď: Znamená to láskyplné myšlenky vůči všem cítícím bytostem, chápajícím je jako prožívání štěstí. Je to mentální faktor[215] patřící do souhrnu agregátů vůle. Může být ve spojení se sférou jemných forem[216], nebo také ne. Je to mentální faktor, který vzniká spolu s myslí a doprovází myšlenkový [proces]. Není součástí tělesnosti ani karmy, ale je spojen s karmou, vzniká spolu s ní a doprovází ji. Nevzniká jako výsledná karma[217], ale lze ji získat pouze praxí. Je třeba si ji uvědomit sám a osvědčit ji prostřednictvím vlastní moudrosti. Může se protnout s myšlenkovým procesem nebo ne, může být spolu s *působícím a udržovaným myšlením*, bez *působícího myšlení*, ale s *udržovaným myšlením*, nebo bez obojího. Může být s vytržením nebo bez něj, může být doprovázena nádechem a výdechem nebo bez nich. Mohou ji získat urozené osoby nebo prostí lidé. Může být spojena s příjemnými pocity nebo bez příjemných i nepříjemných pocitů. Nepatří mezi faktory osvícení[218]. Jejím předmětem je nejprve obraz [ákára ve smyslu Sautrántika] a poté dharma. Nazývá se neomezená [mysl], protože ve čtvrté dhjáně a ve všech ostatních stádiích si za předmět bere neomezené bytosti. Pro svou čistotu, láskyplné myšlení a soucit prospěšný všem se nazývá Brahmovské jednání, Brahmovské vozidlo. Nazývá se Brahmovská cesta, protože může vést do světa Brahmy. Je to cesta, kterou neustále praktikovali všichni buddhové minulosti.

Otázka: Jak se dá praktikovat přátelskost?

Odpověď: Takto by měl praktikující uvažovat: Už jsem si oholil vousy a vlasy, jsem bez jakýchkoli ozdob a zničil jsem pojem pýchy a zamilovanosti (poblouznění). S tímto prohlášením bych měl praktikovat přátelskost. Nyní mám na sobě obarvené mnišské roucho, a proto musím praktikovat přátelskost, abych nedopustil, aby se má mysl obarvila. Jelikož požívám jídlo druhých, neměl bych jejich oběti přijímat nadarmo.

Jak říká písmo: pokud mnich postupně praktikuje přátelskost v souladu s Buddhovým učením, nedopustí, aby oběti dané ve víře přišly nazmar[219]. Navíc bez ohledu na to, zda je praktikující mnichem nebo laikem, měl by takto rozjímat:

Díky síle přátelskosti mohu být v tomto zlém světě v klidu a bezpečí, aniž bych se trápil. V době, kdy se Buddhova dharma ztrácí, budu sám praktikovat v souladu s Buddhovým učením. Uprostřed horkých trápení budu udržovat svou mysl chladnou, jako bych se blížil k vesnici s chladným rybníkem.

---

[215] Čittasanprajukta. Srovnej výklad z T. 1858; Da Cheng Yi Zhang, svitek 11, kde je milující laskavost popsána z hlediska čtyř aspektů.

[216] Sasanjoga.

[217] Vipákadža

[218] Bodhipakšikadharmy.

[219] Srovnej A.N. Pali Text Society, sv.2:80

Navíc díky síle přátelskosti nebude praktikující zraněn jedem nepřátel, stejně jako člověk, který nosí pevné boty, nemůže být zraněn trny. I když praktikující přebývá v říši touhy, která se vyznačuje snahami, hádkami a jedem všech druhů nepřátelství, nemůže mu být díky síle jeho přátelskosti ublíženo. Je jako mocný bojovník, chráněný nezničitelným brněním a držící ostrou zbraň. I když vstoupí do řevu mohutné bitvy, nemůže mu být ublíženo. Kromě toho může přátelskost prospět třem druhům osob. Když obyčejný člověk praktikuje přátelskost, zbaví se veškeré zášti a nenávisti, dosáhne nezměrných zásluh[220] a vytvoří čisté [karmické] výsledky. Žádná světská ctnost ji nepřekoná. Ti, kdo usilují o realizaci žáků a individuálních buddhů [pratjékabuddhů], mohou silou své přátelskosti zničit četné zášti v říši touhy a postupně zničit i zbývající mrzutosti. Poté, co opustí [trápení v] říši touhy, postupně opouštějí tři říše světa.

Jak vysvětlil Buddha, praxe přátelskosti podporuje [praxi] sedmi faktorů probuzení[221]. Pokud jde o [praktikující] mahájány, kteří dali vzniknout myšlence osvícení[222], aby vysvobodili všechny cítící bytosti, je pro ně přátelskost základem [pro všechny ostatní praxe][223]. Tak přátelskost přináší nezměrný užitek třem druhům osob.

Pro začátečníky existuje šestnáct praktik, které jim umožní rychle dosáhnout přátelskosti, upevnit ji a neustále ji praktikovat. Jsou to: zachovávání pravidel čistoty, vyhýbání se lítosti (za zlé skutky), radování se ze zdravých dharem, štěstí, střežení pěti druhů emocí[224] , rozjímání o dovedných prostředcích a moudrosti, izolování těla a mysli[225], soužití se sabrahmačáriny, [kteří se rovněž věnují [osvobozujícím praktikám], naslouchání [druhým] a přátelské rozmlouvání s nimi, neobtěžování druhých, střídmost v jídle, omezování spánku, zdrženlivost v řeči, čtyři stabilní a příjemné tělesné postoje, dostatek životních potřeb podle přání a nepropadání nesmyslným sporům[226] ohledně praxe dharmy. To je šestnáct praktik, které napomáhají samádhi přátelskosti.

[220] Viz například S.N. Opammasaṃyutta, tr. Bodhi, 707.
[221] Viz S.N. Bojjhaṅgasaṃyuttaa, tr. Bódhi, 1609.
[222] Bódhičitta. O praxi milující laskavosti v mahájáně viz například Da Cheng Yi Zhang citující Vimalakīrtinirdeśasútru; Bódhi vzniká praxí maitrí, která vede k velkému soucitu.
[223] 大智度論 , 卷 20; Přátelskost je jako král, ostatní nezměrnosti následují krále.
[224] Pět druhů emocí odkazuje na pět tělesných smyslů (內身); oči atd. viz svitek Da zhi du lun 48, nebo může odkazovat na pět emocí v čínské literatuře a medicíně; radost, smutek, štěstí, nepřátelství a hněv.
[225] Vivéka.
[226] Prapañča.

Bhante Dhammadípa

(12. část)

Tak jestli si dobře pamatuji, tak dneska bychom mohli začít s *mettá*. Jestli jste si všimli v tom textu, zabírá to snad největší místo, několik stránek.

Mettá, jak už jsem vysvětlil posledně, ty čtyři *brahmavihány*, zde *brahma* znamená vlastně „to nejlepší“. Nejlepší stav mysli, nejlepší pobývání mysli. To jsou právě ty čtyři nekonečné pocity, čtyři nejlepší pocity, čtyři neočisťující pocity. A ty přichází po *džhánách*. Což je tradice jak v severním buddhismu, tak v jižním buddhismu. Proč po *džhánách*? Protože v buddhismu, když si přečtete *Abhidharmakóša*, když si přečtete *Visuddhimagga* a *sútry*, *brahmavihány* jsou též stavy *džhány*, ale jsou speciální stavy *džhány*. Jsou vždy vysvětleny vlastně na kraji *džhány*.

Proč? Třeba v *Maddžhimanikája* je *Atthakanágara sutta*[227], ta existuje též v severní tradici, *sútra* osmi měst, kde po *parinirváně Buddhy Ánanda* potkává tesaře *Pančángiku*. A tesař *Pančángika* se ho ptá: Ty jakožto nejbližší našemu Mistrovi, strávil si s ním nejvíce času a znáš ho z nás nejlépe, osobně, jaké jsou brány k nesmrtelnosti, které *Buddha* učil? A *Ánanda* na to odpověděl, pokud si dobře pamatuji, *Buddha* nejraději učil jedenáct bran do nesmrtelnosti, do nektaru nesmrtelnosti. Samozřejmě nektar nesmrtelnosti není nic jiného, než *sánta pada*, základ utišení, to je *nirvána*. Proč jedenáct? A jakých jedenáct, samozřejmě. První otázka. A *Ánanda* vysvětluje *vipassanu* v *džháně*. Podle tradice žáků, tradice tak, jak se koluje v rozpravách *Buddhy,* v *ágamách* nebo v *nikáji*, *Buddha* sám dosáhl *nirvány* tím, že spojil práci *šamathy* nebo *vipašjany* v jednu chuť. A pak tak učil své žáky. Ať už žáky či žáky *bódhisattvy*, vlastně vždy učil, že jediná cesta, skutečná buddhistická cesta, je spojení *šamathy* a *vipassany*. Spojení *samádhi* s moudrostí. *Vipassaná* je moudrost správného rozlišení a *šamatha* je moudrost utišení. Když tyto dvě složky, které přináší probuzení, se nachází v rovnováze, otevře se brána vysvobození.

A Buddha podle *Ánandy* učil jedenáct bran. A brána znamená v sanskrtu metoda. Když jsme praktikovali nějakou metodu, musíme použít bránu, která nás vlastně do té metody uvede. Proto metoda je brána. A jedenáct bran nesmrtelnosti. A to je praxe *vipassany* ve čtyřech *džhánách*, proto předchází, čtyřech *džhánách rúpa*, jejich objektem jsou jemné formy. A tři *džhány* bez objektu, bez uchopitelného objektu. Čili *arúpa*. O těch budeme též hovořit po ukončení *brahmavihár*. Začínali jsme *asubha*, meditací na nečisté, pak *Buddha* po *brahmavihár*ách vysvětluje meditace na čisté. Nečisté se stává čistým. Čisté se zase může stát nečistým, jestliže se staneme *buddhou*, máme vlastně vládu nad tím, co považujeme za čisté nebo nečisté. Co si dáme do vědomí jako čisté nebo co si dáme do vědomí jako nečisté. Čisté se může moudrostí obrátit v nečisté, nečisté v čisté, podle potřeb. O tom jsme mluvili na

[227] Maddžhima-nikája 52. Zde ovšem vystupuje v tomto rozhovoru hospodář Dasamo.

začátku. To je mistrovství vědomí. My toto mistrovství nemáme, proto se chytáme čistého a straníme se nečistého.

No a teď tedy vysvětlil sedm, samozřejmě v praxi objektu, které nemají formu, *arúpa*, lze pouze použít *vipassanu*, rozlišení ve třech nižších *arúpach*. Podle komentářů ta nejvyšší *arúpa*, což je stav bez vnímání, ani s vnímáním. To vnímání se stane tak jemné, a vnímání je základ počitku, když je vnímání jemné, počitek je jemný, když je počitek jemný, vnímání je jemné. Je třeba jasně poznat a vidět v meditaci a být si toho vždy vědom, že vnímání řídí počitek, počitek řídí vnímání. A podle buddhistické filosofie, nejjasněji snad vysvětluje *Jógáčárabhúmišástra*, náš nesprávný názor pochází právě s nepochopení procesu počitků a vnímání. Protože nechápeme proces počitků a vnímání jsme **chycení** v nesprávných názorech. Protože jsme chycení v nesprávných názorech, pak praktikujeme převrácené vnímání a převrácené počitky. A to je utrpení. Nic jiného.

A teď komentáře též vysvětlují, ve stavu, kde vnímání se stane tak jemné, že to není ani vnímání, ani nevnímání, musíme to zažít sami, abychom to viděli, tento stav. V tomto stavu samozřejmě nemůžeme my, obyčejní *jogíni*, ani moudrý *Šáriputra*, nemůžeme rozlišit pět agregátů, které tvoří naši existenci, jako něco nepodstatného. To není možné, když vnímání je tak jemné, nemůže už jasně rozlišovat. A abychom dosáhli osvobození, musíme jasně vnímat, tělo a duch, který je na tělo vázaný jako něco nepodstatného, prázdného. Nepodstatný znamená prázdný. Co znamená nepodstatné? Že nemá **vlastní** podstatu. Objevuje se jedině v relaci k druhým fenoménům. Žádný fenomén nemůže se zjevit sám o sobě.

A máme sedm bran, které umožňují spojení *šamathy* a *vipašjany*, tak meditoval sám *Buddha* pod stromem probuzení. Jestliže věříme v to, co rozpravy nám ukazují. A zbývají čtyři brány. A ty čtyři brány jsou právě ty čtyři *brahmavihármy*, ty čtyři nejlepší pocity, nejlepší stavy vědomí, nejlepší stavy mysli. Proto se jim říká *brahma*. Symbolem *brahmavihár* v indické tradici je *Brahma Sahampati*. Proč *Brahma Sahampati*? Když *Buddha* po probuzení meditoval nad námi bytostmi, které jsou v blátě utrpení, v blátě *samsáry*, rozhodl se, že to, co on poznal pro nás, bytosti v blátě *samsáry* je něco, co nejsme schopni pochopit. A proto se rozhodl, podle té tradice, že stráví zbytek života, který ještě mu zbývá ve vnitřním rozjímání a nechá svět sobě na pospas. A objeví se *Brahma Sahampati*, který čte jeho myšlenky neb jestliže dosáhneme buddhovství, všichni bohové a bytosti vlastně máme jako na dlani. A *Brahma Sahampati* ho přemluvil, aby pro dobro bytostí, jsou bytosti, které jsou schopné se otevřít jako pupeny v blátě, jako pupeny lotosových květů jsou schopny se otevřít a přímo **poznat** čistotu stavu probuzení.

A tato přímluva, přátelská přímluva, teď budeme mluvit o *mettá*, *mettá* znamená vlastně doslova přátelství. Přátelství je ten nejčistší lidský vztah. *Mettá* též doslova znamená přátelství, ale překládá se jako laskavost, jako láska, jako dobrota. Možno přeložit různými způsoby. Všechny tyto kvality tam jsou. Ale doslova to znamená přátelství.

A ty čtyři *brahmavih※ry*, jestliže meditujeme v nich *vipassanu*, tak vlastně jsou speciální otevření nekonečné moudrosti. Podle buddhistické filosofie moudrost *nirvány* je nekonečná.

Všechny ostatní moudrosti jsou omezené. Podle *Abhidharmy* moudrost, kterou aplikujeme pěti smysly se nazývá *parita paňňá* – omezená, malá moudrost. Moudrost, kterou provozujeme ve stavu *džhány* se nazývá *mahá paňňá* – velká moudrost. A moudrost osvobození, moudrost *nirvány*, moudrost takovosti je **neomezená** moudrost. My se učíme buddhismu, abychom něco poznali z této neomezené moudrosti. A tato neomezená moudrost je to, co dělá konec duševnímu utrpení.

Tělesnému utrpení nic, žádný konec nebude, pokud v tomto těle žijeme, jsme vystaveni utrpení, ale duševní utrpení je naše nevědomost. Nevědomost - *avidždžá, avidjá* doslova znamená neschopnost použít vědu. *Vidžá* znamená věda. Věda – moudrost. Jaká moudrost? Moudrost být nad utrpením. My se učíme buddhismus, abychom poznali tuto moudrost být nad utrpením. Ne tělesným, ale duševním. Ale duševní utrpení samozřejmě má též co dělat s tělesným utrpením. Většina našich nemocí jsou psychosomatická.

A proč právě ty *brahmaviháry*, ačkoli ve stavu hluboké koncentrace jsou též stavy *džhány*. V severní tradici se učí též *Abhidharmakóša*, též v našem textu, že nejlepší praxe *brahmavihár*, učení *brahmavihár* by mělo začít ze čtvrté *dhjány*. My znalí *théravádové* tradice víme, podle *théravádové* tradice, podle *Visuddhimagga*, že vlastně *mettá* vede do třetí *džhány*. Třetí *džhána* je *džhána metty*. Jestli jsme dosáhli třetí *džhány*, dosáhli jsme vlastně plného použití *šamathy*, cestou *mettá*. To učí *Visuddhimagga.* Je zde něco, co se nedá sloučit? Dá se sloučit, samozřejmě. *Théraváda* též učí, že limit *mettá* je *šubha vimukti*. Ten, kdo studuje *šamathu*, v Barmě ještě tato tradice je, každý kdo chce se pořádně učit meditaci v Barmě, bude vystaven této tradici učení osmi druhů vysvobození. V *Abhidharmakóša* máme též. Třetí osvobození je *šubha vimukti*, osvobození čistotou. Osvobození *džhány* na čistý objekt. A tato *džhána* na čistý objekt též vede do čtvrté *džhány*. Tato tradice je též v severním buddhismu. Proč? Protože limit *džhány* na *mettá* je čisté osvobození. Výše jít v praxe *šamatha* nemůžeme. Limit, to najdete též ve *Visuddhimagga*, limit praxe soucitu je neomezený prostor. Výš *džhánou* na soucit jít nemůžeme. Limit *muditá*, limit radosti je neomezené vědomí. To je též ve *Visuddhimagga*. Výš jít nemůžeme. A limit upékšá, limit rovnoměrnosti je sféra nicoty. Výš džhánou na *upékšá* jít nemůžeme.

A *mettá*, jestliže praktikujeme usilovně *mettá*, pak mysl sama může skákat, doufám, že to budete zkoušet též, může sama skákat do čtvrté *džhány*, do čistého osvobození. To je tendence vědomí, protože čistá *dhjána*, jak už jsme se zmínili, je čtvrtá *dhjána*. A *mettá* je ten nejkrásnější objekt, který my bytosti v srdci máme. Ten nejkrásnější objekt je čistá láska. A právě proto, že čistá láska je ten nejhezčí objekt, který bytosti v srdci mají, praxe *mettá*, hluboká koncentrace *mettá*, mysl sama skáče do čtvrté *dhjány*. Protože ta je nejčistší. To jsme probrali, proč je nejčistší. Protože, jak jsme viděli, její uvědomělá pozornost se vyčistila. Není tendence k slasti, není tendence ke štěstí, zde štěstí znamená ulpívání na štěstí. Jestliže máme štěstí a není vyčištěné, pak máme tendenci, latentní tendenci na štěstí ulpívat. Právě proto, když to štěstí pomine, necítíme se dobře. A hledáme něco. Něco chybí. A čtvrtá *dhjána*, jak jsme vysvětlili, je nejčistší, protože v ní nic nechybí. Je nad strastí, nad radostí, nad štěstím a

nad utrpením, je neutrální pocit. A neutrální pocit je spojen s vyčištěním bdělé pozornosti. Bdělá pozornost je vyčištěna, jestliže je spojená s neutrálním pocitem. O tom jsme mluvili.

Čili čtvrtá *dhjána* není *nirvána*, ale je podobná *nirváně*. Je podobná *nirváně* v čem? V jakém aspektu? V aspektu vyčištění pocitu bdělou pozorností. Jedině čtvrtá *dhjána*, třetí *dhjána* má aspekt bdělé pozornosti, ale není vyčištěna, protože ve štěstí ještě je latentní tendence to štěstí *chtít*. A právě proto největší štěstí utišení je v pocitu, který je *nad* štěstím a *nad* strastí. Tomu se říká štěstí utišení. O tom jsme též už mluvili. Máme štěstí s radostí, máme štěstí bez radosti a máme štěstí utišení. Štěstí utišení je čtvrtá *dhjána*. A štěstí utišení je též vyčištěná láska.

Abhidharmakóša vysvětluje víru, my jsme se zmínili o tom, že oproti nižším *dhjánám*, druhá *dhjána* a nahoru, je poznamenána vírou. Proč vírou? Protože formace řeči zmizeli. A otevíráme se pro prostor, který je štěstí *bez toho*, abychom to štěstí nějak definovali. Abychom ho spojili s koncepty. Ty síly, které ty koncepty vytváří, už tam nejsou. A to je víra.

Tedy čtyři *brahmavihąry* jsou stavy, které *navazují* na nekonečnou moudrost. Nekonečnou moudrost osvobození. A co je nekonečná moudrost osvobození? My, podle slov *Sútra Alamkára*[228] se vlastně adoptujeme na *nirvikalpa dhjána*. Na poznání bez *prapaňča*, poznání bez elaborace[229], bez fabrikace[230]. Co je poznání bez fabrikace? Nekonečný objekt. Jestliže objekt je nekonečný, pak jaká fabrikace? Fabrikace je vůči konečnému objektu. Jestliže objekt je nekonečný, no tak co budeme fabrikovat? A teď ty *brahmavihąry* jsou právě nejlepší přebývání mysli, protože jejich sféra je nekonečný objekt.

V *théravádové* tradici, nejen v *théravádové* tradici, v tradici žáků, stejné principy najde i v *Abhidharmakóša*, v tradici žáků *Abhidharma* vysvětluje …, *Samjutta nikája* též vysvětluje jasně: Jelikož objekt *brahmavihár* jsou bytosti a bytosti, jak bychom měli vědět z hlediska buddhistické filosofie nemají skutečné bytí, to neznamená, že neexistují, tady je velký zmatek. Nemít skutečné bytí, neznamená neexistovat. A to též náš text jasně vysvětluje, to je neporozumění buddhistické filosofie, buddhistická filosofie hlásí, že my bytosti nemáme skutečné bytí, to neznamená, že nemáme skutečné bytí. My skutečně žijeme. My skutečně jsme. Ale žijeme a jsme z hlediska pravdy konvenční. Největší chyba buddhistů je, že popírají, snaží se popírat bytosti, aniž by pochopili rozdíl rozlišení mezi pravdou konvenční a pravdou nejvyšší.

My, podle buddhismu, a to je těžké pochopit, a pochopit bychom to měli, jestli buddhismus studujeme a praktikujeme, podle buddhismu my můžeme pochopit pravdu konvenční, ve které žijeme **jedině** jestliže poznáme pravdu nejvyšší. Pokud pravdu nejvyšší nepoznáme, stále se budeme mýlit o tom, co skutečně pravda konvenční je. My žijeme v pravdě konvenční ať

[228] Snad zde Bhante odkazuje na Mahajána-sútra-alamkara-karika: hlavní dílo buddhistické filosofie připisované Maijtréja-náthovi, jak bylo diktováno Asangovi. Text napsaný ve verších, představuje cestu mahájány z pohledu jógáčáry. Obsahuje 22 kapitol s celkem 800 verši. (*A Feast of the Nectar of the Supreme Vehicle, Shambala 2018)*)

[229] elaborace: vypracování, zpracování; smysl pro detail.

[230] fabrikovat: vyrobit; vymýšlet a šířit nepravdy, falšovat informace.

jsme buddhové nebo nejsme, žijeme v pravdě konvenční. Tam jsou naše kořeny, tam patříme, stejně tak jako stromy, jako tahle země, to všechno existuje ale v pravdě konvenční. Z hlediska pravdy nejvyšší ovšem **nemají** samostatnou existenci. A nemít samostatnou existenci znamená existovat **pouze** z hlediska pravdy konvenční. A v tom je zmatek. My si myslíme, studujeme v buddhismu, že nepřijímáme existenci osob. Ale osoby samozřejmě existují, v tom není žádný problém. Ale existují pouze z hlediska pravdy konvenční.

Halidavása sutta stejně tak jako *Abhidharmakóša, Visuddhimagga* učí: Jelikož objekt *brahmavihár* jsou bytosti, nekonečné bytosti, právě proto, abychom použili *brahmaviháry* k cestě k vysvobození musíme spojit praxi *brahmavihár* – učí *Halidavása sutta* – s praxí čtyř základů bdělé pozornosti - *satipatthána*. Jestliže nespojíme s praxí *satipatthána*, s praxí čtyř základů bdělé pozornosti, pak ty *brahmaviháry* nemůžou být bránou k probuzení. My je musíme spojit s praxí čtyř základů bdělé pozornosti. S praxí použití transcendentální moudrosti, poznání tělesnosti, počitků, vědomí, *samsarického* vědomí a všech fenoménů, které nám vědomí zprostředkovává. Jestliže poznáme jejich nepodstatnost, jejich nejáství, otevře se brána probuzení. To je stejné, ať praktikujeme cestu žáků či cestu bódhisattvů, to jer stejné. Tuto **nepodstatnost** konvenční pravdy musíme poznat. To ale neznamená, že konvenční pravda neexistuje. Konvenční pravda existuje a my konvekční pravdu musíme respektovat. Ale respektovat jen jako pravdu konvenční.

Proto rozdíl mezi neprobuzenou bytostí a probuzenou bytostí je v tom, že probuzená bytost **neulpívá** na konceptech, neprobuzená bytost ulpívá na konceptech. Protože realitu nepozná. Proto tvoří realitu koncepty. To, co tvoří koncepty je pouze konvenční realita. To není realita nejvyšší.

Mahájánanirvána sútra učí, a nejenom *Mahájánanirvána sútra*, najdete to v mnohých jiných písmech, obzvláště v čínské literatuře Chuej Jüan (Hui Yuan) atd., učí, že na rozdíl od žáků v cestě bódhisattvů Buddha učil, že objekt přátelství, soucitu, radosti a odpojení je skutečný. Zase jiná perspektiva. Je to perspektiva, která popírá první perspektivu? Ne. Proč by ji popírala? Je to perspektiva toho, že vlastně jediná pravda je pravda takovosti. A všechny bytosti, všechno co je přechodné se nedá od této pravdy takovosti oddělit. Pravda takovosti je jediná pravda. A když meditujeme na bytosti jako na pravdu takovosti, pak bytosti se stávají skutečným objektem. Pouze jako takovost. My jsme si nevybrali, abychom byli takoví nebo makoví, my jsme takoví nebo makoví díky různým přechodným příčinám a důvodům, které nás vytvoří.

To vysvětluje též náš text, uvidíme to později v praxi, obzvláště v praxi *šamathy* na *arúpa*, na bezforemné objekty. Vlastně objekt osvobození je jeden. A bytosti jsou částí tohoto objektu. Právě proto v učení žáků má praxe přátelství jeden objekt, a to jsou bytosti, které jelikož skutečně neexistují, musíme tuto praxi spojit s praxí čtyř základů bdělé pozornosti, abychom mohli *brahmaviháry* použít v procesu osvobození. Ale z hlediska učení *bódhisattvů*, které Buddha předával *bódhisattvům*, praxe tří *brahmavihár*, počínaje přátelstvím má tři objekty, ne jeden objekt. To jsou obyčejné bytosti pro ty bytosti, které **nepoznali** pravdu *nirvány*. Pak

objektem přátelství, lásky atd., jsou jen a pouze bytosti, skutečné bytosti. Pak poznali jsme něco, ochutnali jsme něco z pravdy *nirvány*, z pravdy takovosti. A pak vidíme méně bytosti jako něco skutečného.

Arahat pak už nevidí bytosti jako něco skutečného. Proto se stal *arahat*. A tak jeho objektem se stává dharma, ne bytosti. Protože bytosti jsou pouze pět agregátů, a pět agregátů je dharma. Bytosti jsou pouze vnitřní sféry poznání, ájatana, to je dharma. Bytosti jsou pouze elementy, to je dharma. *Arahat*, aby se věnoval bytosti, musí si jako první tu bytost označit, musí mít speciální pozornost k tomu – á to je bytost, to je Ánanda, to je ten, to je ten. Protože on žije v kontemplaci dharmy, on nežije v kontemplaci bytosti. My žijeme v kontemplaci bytosti, ale *arahat* žije v kontemplaci dharmy. Právě proto pro něj objekt praxe čtyř brahmavihár jsou dharmy.

A pro probuzeného bódhisattvu a pro Buddhu samotného, objekt čtyř brahmavihár není nic jiného než takovost. V takovosti je všechno. A takovost je jediná pravda, jediná skutečnost. Jiná skutečnost není. To Buddha učil též v rozpravách… existuje pouze jedna pravda, druhá pravda není. Proto Buddha vysvětlil mnoho různých pravd, aby vedl bytosti k pravdě jedné. A ta pravda jedna, jediná pravda, to je pravda jedné chuti, chuti vysvobození. Ať se učíme jakoukoliv cestu, cestu žáků, cestu bódhisattvů, nakonec je pravda jediná. Pravda vysvobození, jedné chuti vysvobození.

Tím pádem praxe brahmavihár, jelikož je spojená s nekonečným objektem. Nekonečný objekt je spojen s nekonečnou moudrostí. A tato nekonečná moudrost není v protikladu s pravdou konvenční. Ale vlastně ukazuje na to, jak pravda konvenční zakrývá pravdu nejvyšší. To, co zakrývá pravdu nejvyšší, to je pravda konvenční. Proto se jí říká *sanvuti, sanvrti*. *Sanvrti*: *vrti* – zakrývá, *san* všude okolo. Všude okolo nás pravda konvenční zakrývá pravdu nejvyšší. Pravdu nejvyšší nepodstatnosti pravdy konvenční.

Čili moudrost *brahmavihár* je větší než moudrost ostatních *džhán*, protože jejich objekt je nekonečný - nekonečné bytosti. Ale v těch nekonečných bytostech existuje nekonečné rozlišení. Mužský rod, ženský rod, bytosti vyšší, bytosti nižší, chudé bytosti, bohaté bytosti, nízké bytosti, vyvinuté bytosti, různé bytosti. Nekonečná rozlišení. A ta nekonečná rozlišení ale nepopírají pravdu nejvyšší. Žijí společně s pravdou nejvyšší. Protože ta pravda nejvyšší je něco, co nebylo nikdy vytvořeno. Kdyby byla vytvořena, no tak by nebyla nejvyšší. Tak by byla vázaná. To se zdá být paradoxem, ale žádný paradox to není.

A v *džhánách* též budeme se učit *arúpa džhány*. Budeme se učit *kasiny*. *Kasiny*, *arúpa džhány* mají též nekonečný objekt. Když meditujeme *kasiny*, můžeme si barvu rozprostřít do nekonečných prostorů, všechno je červené, pak si ji zase scvrknout na špičku jehly. To všechno naše mysl může udělat. *Árupa džhány* též mají nekonečný objekt, nekonečný prostor, nekonečné vědomí, které vidí nekonečno, nekonečný objekt. Ale to všechno není hodno moudrosti *brahmavihár*. Proč? Protože moudrosti *brahmavihár* jsou nekonečné bytosti a v těch nekonečných bytostech jsou nekonečné rozlišení. A v těch nekonečných rozlišeních je

právě to nekonečno. Nedá se od nich oddělit. Nekonečno, aby mělo význam, musí mít nějakou funkci. No a funkce nekonečna je, že přináší harmonii do nekonečných rozlišení.

Praxe *mettá*. Kdo byl z žáků Buddhy nejznámější praktikant praxe *mettá*? *Subhúti*. Vznešený *Subhúti*. Subhúti je též ten, obzvláště v Číně, já nevím jak v Tibetu, v Číně Subhúti je obzvláště uctíván. Proč? Protože hlavně jemu Buddha předal učení transcendentální moudrosti. Velká sútra transcendentální moudrosti, Diamantová sútra atd. Buddha učil právě *Subhútiho*. A Subhúti je též ze všech žáků Buddhy ten, kdo nejhlouběji praktikoval praxi přátelství. Praktikoval praxi přátelství, praktikoval *samádhi*, *arana samádhi*. Z mnohých *samádhi*, které my žáci Buddhy bychom měli zvládnout, to nejhezčí *samádhi* je *arana samádhi*. *Rana* v sanskrtu, v páli znamená doslova bitva. *Arana* = žádná bitva. Ten, kdo praktikuje *mettá*, kdo praktikuje přátelství, žádné bitvy nevede. Vnitřní bitvy nevede, vnější bitvy nevede, žádné konflikty. *Arana* je bezkonfliktní *samádhi*.

Subhúti přebýval v tomto bezkonfliktním *samádhi*, proto ho považoval Buddha ze všech žáků nejvhodnějším k tomu aby mu předal učení transcendentální moudrosti. Učení jediné pravdy, pravdy takovosti.

Komentáře učí, že *Subhúti*, jakožto *bhikšu* nikdy nepřijmul almužnu bez toho, aby nejdřív vstoupil do *samádhi mettá*. Ať v jakékoliv situaci, ať už meditoval nebo ať už chodil nebo byl v jakékoliv pozici těla, ať už mluvil, ať už dělal cokoli, **nevystoupil** z bezkonfliktního stavu. A co je bezkonfliktní stav? … Nikoho nepovyšovat, nikoho neponižovat, užívat si vnitřní štěstí a ty koncepty, na které my bytosti ulpíváme, na ty ten, kdo je v bezkonfliktním *samádhi*, jelikož je nad ponižováním kohokoliv, je nad vyvyšováním kohokoliv, tyto konflikty jsou mu úplně cizí. A proto … neulpívá na jménech, slovech, větách, které lidé ve světě si přivlastňují. On je používá, ale nepřivlastňuje. Proto sutta Nipáta[231] tvrdí, že kdo je mudrc? Mudrc je ten, který používá slova, věty, koncepty, které lidé používají, ale nepřivlastňuje si je. My si je přivlastňujeme. Proto trpíme. Realitu si přivlastnit nemůžeme. A to je transcendentální moudrost, kterou Buddha předal Subhútimu. Realita se nedá přivlastnit. Kdyby se realita mohla přivlastnit, jak by to dopadlo. No špatně. 😊 Každý by přivlastňoval něco jiného.

A přátelství je vysvětleno v *Abhidharmakóša*, též ve *Visuddhimagga* jako *hita asaja*. Co je přátelství? *Hita* znamená prospěch, *asaja* znamená pozitivní tendence prospívat sobě i druhým. Podle buddhistického učení my bytosti máme negativní tendence, kterým se říká *anušaja*[232], latentní – *kléša*[233], latentní zašpinění mysli. A máme též pozitivní tendence. Těm se říká *asaja*. A *hita asaja* je tendence být prospěšný. Co je přátelství? Tendence být prospěšný

---

[231] Sutta Nipáta: buddhistická sutta, pátá kniha Khuddaka nikáji, sestávající z 71 krátkých sutt rozdělených do pěti vagga (kapitol). PDF

[232] anušaja, anusaja: sedm ‚sklonů‘ (inklinací či tendencí): smyslná žádostivost (káma-rága; samjódžana), zloba (patigha), spekulativní názor (ditthi), pochybovačnost (vičikiččhá), domýšlivost (mána), žádostivost po existenci (bhava-rága) a nevědomost (avidždžá). Více viz Slovník

[233] kléša, kilésa: nepravost, nepřístojnost. Bývá jich uváděno deset: chtivost (lóbha), zášť (dvéša, dósa), blud (móha), samolibost (mána), mylný názor (dršti, ditthi), pochybnost (vičikitsa, vičikiččha) tupost (stjána, thína), nevrlost (auddhatja, uddhačča), nestoudnost (ahríka, ahirika) a nedbalost (anauttapja, anottappa). První tři jsou považovány za kořeny zla (akušalamúla, akusalamúla).

sobě i druhým. Jestliže máme tuto tendenci, staneme se vlastními přáteli sobě samým, a staneme se i přáteli druhým. A tato snaha, podle buddhistické filosofie je vlastně základem veškerých ctností. Nágardžuna, Vimalakírti[234], učení žáků atd. všichni učí, že vlastně tato snaha být přítelem sám sobě i druhým je základ všech ctností. A protože objekt tohoto základu všech ctností je nekonečný, právě proto ty brahmavihára počínaje *mettá* přináší nekonečné zásluhy právě v tom úsilí být prospěšný nekonečnému objektu. Jelikož objekt je nekonečný, naše úsilí být prospěšný nekonečnému objektu přináší nekonečné zásluhy. A ty nekonečné zásluhy právě **vedou** k probuzení. Podle učení *Nágárdžuny* v komentáři k transcendentálním sútrám, *Nágardžuna* říká, že základem praxe bódhisattvů je láska k Buddhovi. A tato láska k Buddhovi, podle *Nágárdžuny*, proto jsme vysvětlili perspektivu *bódhisattvů* v této praxi *mettá*, tento úmysl být prospěšný pak na základě lásky k Buddhovi vede k úspěšné praxi *páramí* a k probuzení. K velkému probuzení. Proto písmo tvrdí: malá *mettá* – malé probuzení, velká *mettá* – velké probuzení. To najdeme v *Sangharakša* [235], já jsem se zmínil o tom, že Kumáradžíva byl spojen s touto tradicí kašmírské jógy. Sangharakša myslím ještě nebyl přeložen, důležitý reprezentant této jógy. Jeho písmo je obzvláště populární v Číně. Ten právě učí: malá *mettá*, malá maitrí - malá bódhi. Velká *mettá*, velká maitrí - velké bódhi.

Vimalakírti učí též, že veškeré ctnosti začínají právě úsilím být prospěšný. Být prospěšný sobě i druhým. Na stejné úrovni. To vede k té nejlepší a nejvyšší realizaci. Jak budeme vidět v cestě žáků, nejdůležitější aspekt ctností je praxe *mettá*. Právě *mettá* je obzvláště zdůrazňována. V Barmě se učí v klášterech často dlouhé retreaty na *mettá*, týden, měsíc i delší. A v tradici *bódhisattvů mettá* je základ, velká *mettá* je základ pro velký soucit. Praxi *bódhisattvů* velký soucit je **nezbytný** k praxi *párami*. Bez velkého soucitu praxe *párami* nemůže nikdy uspět. Praxe *párami* může jedině uspět, praxe dokonalostí, cesta *bódhisattvů* může jedině uspět na základě velkého soucitu. Ale velký soucit, jak *Nágardžuna* jasně vysvětluje, je **vyústění** transcendentální moudrosti. Díky transcendentální moudrosti *bódhisattva* se učí netrpět. Být bez strasti. A díky velkému soucitu zůstává bez strasti, bez stavu strasti.

Už nám čas utekl. Vysvětlil jsem základní koncepty a příští týden se pustíme do textu a vysvětlíme, co v tom textu je důležité, co si třeba zapamatovat a jaké jsou techniky ovládnutí praxe *mettá*. Jestli jste četli tuto část *mettá*, tak vidíte, že je vysvětlená jinak než jak ji najdete ve *Visuddhimagga*. Ve *Visuddhimagga* je vysvětlení *mettá* snad nejobšírnější, kromě *Sútra-alamkára*[236], které v buddhistické literatuře máme. Ale to vysvětlení v mahájánové tradici, obzvláště Sútra-alamkára, v komentářích *Pradžňápáramitá* se krásně doplňuje s tím, co *Buddhaghósa* vysvětluje ve *Visuddhimagga*.

---

[234] Vimalakírtinirdéšasútra: Sútra naučení Vimalakírtiho. Vděčí za svou oblibu tomu, že zdůrazňuje stejnou hodnotu života mnicha i laického vyznavače. Popisuje buddhistický životní styl vedoucí ke spáse a praktické aplikace znalosti prázdnoty (šúnjatá) jsoucna. Ctěná sútra v zenu. Více viz Slovník

[235] Sangharakša byl vůdcem buddhistů jógáčáry a byl považován sarvástivádiny z Kašmíru za jednoho z patriarchů. Více viz Slovník

[236] Mahájánasútrálankára (Ozdoba mahájánových súter): mahájánské dílo připisované Maitréa-náthovi, jak bylo diktováno Asangovi. Text napsaný ve verších představuje cestu mahájány z pohledu jógáčáry. Skládá se z 22 kapitol s celkem 800 verši. PDF

A tak příští týden to trošku probereme a uvidíme, jak se věci mají a jak nejlépe se do praxe přátelství, lásky, laskavosti dostaneme. Jak v každodenním životě, tak i ve stavu *džhány*.

Tak pro dnešek asi takhle a teď náš přítel Láďa přečte nějakou otázku, abychom se pobavili a poučili.

> Otázka: Bhante, v poslední přednášce jste zmínil termín nehybná mysl. Používá se tento termín jen v severním buddhismu? Má to souvislost s nedualistickým přístupem? A nebo se tento výraz používá i v jižním buddhismu?

Ve všech buddhismech. Sajindžita je jakýkoliv stav mysli před čtvrtou džhánou. Ať už v káma nebo v první dhjáně, v druhé dhjáně, v třetí dhjáně, mysl je *sajindžita*. To znamená je hybná. V čtvrté dhjáně a nahoře v arúpách se stává *nirindžita*[237]. Bez podnětu k pohybu. Nehybná. To je stejné v jižním buddhismu, v severním buddhismu, v *bódhisattvovské* cestě, v cestě žáků, žádný rozdíl. Ve čtvrté dhjáně se mysl stává nehybná, protože se zbavila osmi *apalakša*, osmi faktorů, které – jak jsme vysvětlili – čistotu bdělé pozornosti můžou negativně ovlivnit. Proto se jim říká *apalakša*, to znamená dolů.

No a jakých osm faktorů? O tom jsme se zmínili a to jsme jasně vysvětlili. První dva faktory, těch se zbavuje meditující v druhé dhjáně, to je *vitarka*, *vičára*. Pak čtyři počitky. Počitků duševní strasti se meditující zbavuje v první dhjáně. Počitků tělesné strasti se zbavuje v druhé dhjáně. Počitků radosti se zbavuje v třetí dhjáně. Počitků štěstí se zbavuje ve čtvrté dhjáně, takže jde do neutrálního počitku. A ve čtvrté dhjáně se též zbavuje nádechu a výdechu. A pak čistota bdělé pozornosti je kompletní. Proto Buddha vstoupil do parinirvány ve čtvrté dhjáně. Ve vyšších dhjánách samozřejmě je též neutrální pocit, ale koncentrace převažuje a moudrost zaostává, protože tam není žádná forma, která se dá rozlišit. A perfektní moudrost je právě v rozlišení.

A v nižších dhjánách než čtvrtá, tam je méně moudrosti a více koncentrace. A koncentrace a moudrost není rovnoměrně vyrovnána. Jenom ve čtvrté dhjáně je rovnoměrně vyrovnána. A proto ta čtvrtá *dhjána* se nazývá *nirvána sadriša*, podobná nirváně, ale není to nirvána. Protože když vystoupíme ze čtvrté *dhjány*, ta čistota bdělé pozornosti též pomine. Čili je přechodná. A nirvána přechodná není, protože nikdy nevyvstala jako něco, co je objektem přechodnosti, protože vše, co vyvstává je objektem přechodnosti. A to, co není objektem přechodnosti, to není ani objektem zániku. A to je tajemství buddhistické filosofie, které třeba rozluštit.

> Otázka: Jaký objekt je pro nácvik nejvhodnější? Jak tento objekt poznám, respektive podle čeho ho poznám, a musím si nejprve objekt nějakým způsobem vydefinovat?

---

[237] *indžita* znamená v sanskrtu pohyb, *saj* hýbat se a *nir* je mimo.

Nerozumím. Omlouvám se, ale té otázce nerozumím.

> Jestli to správně chápu, tak dříve než člověk začne meditovat, jakým způsobem pozná, který objekt je pro něj nejvhodnější? A jestli si ho před meditací má nějak vydefinovat, pochopit ho, ten objekt. Intelektuálně, jestli tomu správně rozumím.

Většinou tradice je, jak *Visuddhimagga* vysvětluje a v severní tradici je to stejné, vlastně ten učitel, vztah učitele a žáka je velice důležitý. Proto učiteli se říká guru. Guru je ten, kdo má těžké ctnosti. A ten guru pozoruje žáka a podle jeho chování, podle toho, jak se vyjadřuje, podle toho, jak se chová, pak vybere pro něho ten patřičný objekt, který nejvíce potřebuje k tomu, aby uspěl v meditaci. Ale běžné je, že všichni začínají meditací na dech. Meditace na dech má jak koncentraci, tak má i moudrost a je to vlastně nejlepší úvod do praxe čtyř základů bdělé pozornosti. A čtyři základy bdělé pozornosti, ať už studujeme jakýkoli buddhismus, přece jenom je základ našeho pochopení buddhismu. Bez nich těžko uspějeme.

Tak jestliže nemáme takového kompetentního učitele, který nás povede, tak písmo jasně vysvětluje – jestliže v naší praxi nás nejvíce rozptylují sexuální touhy atd., senzuální touhy, no tak pak bychom měli meditovat na nehezký objekt. Jestliže jsme obzvláště poznamenaní tím, že máme nenávist, lehce se zlobíme, jsme hned deprimovaní, pak samozřejmě meditace *mettá*. Ta se nejlépe hodí. Jestliže nám chybí víra, pak meditace na Buddhu. Jestliže nemáme žádnou chuť meditování, pak meditace na smrt, abychom pochopili o co nám jde. To jsou čtyři základní meditace, které alespoň v théravádové tradici, jak já jsem se to učil, vlastně všichni, co se učí buddhismus, jsou do nich uvedeni. Těm se říká *árakkhá bhávaná,* meditace k tomu, abychom se mohli stranit těch čtyřem hlavním překážkám, co jsou senzuální chtíče, zloba, letargie a nevíra.

A to jsou v severní tradici, na rozdíl od théravády, též vipassanové objekty se stávají objekty *šamathy*. Tam není jasně rozlišeno, protože severní tradice zdůrazňuje jednotu *šamathy* a vipašjany, není jasně rozlišeno mezi šamathovými objekty a vipašjanovými objekty. A tak ti, co jsou typy, u kterých nevědomost nejjasněji vychází najevo, ti by měli meditovat na závislé vznikání, nebo souvislé vznikání. Ti, co mají pýchu, a mnoho meditátorů bohužel obzvlášť ještě u nás jogínů, když trošku načuchneme něčeho, co ostatní nemají, jako hlubší koncentrace nebo nějaká vipassaná, no tak myslíme si, že jsme něco speciálního – *mána*. *Mána* se dá přeložit jako pýcha, ale mána je daleko jemnější než pýcha. *Mána* je jistý stav být opit sám sebou. Jakékoliv *maňaná*, jakákoliv představa sama sebe jako bytí něco, tomu se říká *mána* v buddhismu. Jestliže máme velkou *mánu*, jsme něco super, něco zvláštního, něco odděleného, pak meditujeme na šest elementů. My bytosti jsme jen čtyři elementy, země, voda, oheň, vítr, prostor a vědomí. Víc nemáme. No a na co, co máme v nich vidět, jako něco zvláštního, něco odděleného. A pak podle jednání bytostí, ti co mají senzuální chtíče, jak už jsem se zmínil, senzuální chtíče je, že kontemplujeme co se nám líbí, tak musíme kontemplovat co se nám nelíbí. Hněv je tím, že kontemplujeme to, co se nám nelíbí – tak musíme

kontemplovat zase něco, co se nám líbí. Všichni chtějí mít lásku. A jelikož jsme bytosti s mnohými zbytečnými myšlenkami, no pak meditace na dech.

V tradici *bódhisattvovské* cesty, právě co je zajímavé též, to je v Nirvána sútře, v mahájánové Nirvána sútře, že meditace *mettá* je obzvláště dobrá pro bódhisattvy, kteří se chtějí zbavit zbytečné *prapaňča*. Co je prapaňča? To je důležitý buddhistický technický termín, prapaňča znamená „expanze vnímání a počitků na základě chtíče“. O tom budeme mluvit příští týden, my překládáme *mettá* jako přátelství, možná lepší překlad bude láska, ale láska právě je to nejparadoxnější. Jak moudrý Sokrates ukázal v Sympoziu o lásce, Sokrates tvrdí, že otcem lásky je moudrost a matkou lásky je chudoba. 😊 My jsme mezi moudrostí a chudobou. Jaká chudoba? No, mizérie duševní. Mizérie duševní je duševní choroba. Nejvíce mizérie duševní je právě na základě lásky. Ale láska má v sobě… přesně to říká Sokrates, otec je moudrost, protože má v sobě aspekt nekonečnosti. Proto je smíšenina moudrosti a chudoby. Moudrosti a mizérie. O tom se budeme bavit příští týden.

Otázka: Je vhodné při praxi dhjány měnit objekty?

Vhodné, nevhodné. Záleží na bytosti. To se nedá říct, že určitě nevhodné. V théravádové tradici, tak jak jsem se já učil, máme vždycky *múla-kammatthána*, základní objekt, u kterého musíme zůstat, než se dostaneme do *dhjány*. A pak máme pomocné objekty, kterými si napomáháme. Ale musíme zůstat u té múla („kořen“), u tohoto hlavního objektu, abychom se do *dhjány* dostali. Jestliže měníme objekty a dhjánu nemáme, no tak to není zrovna to nejlepší, co můžeme dělat. Ale když meditace nejde na dech třeba, tak si můžeme pomoci jiným objektem. A když získáme dobrou koncentraci na jednom objektu, pak je lehké dosáhnout koncentraci na jakýchkoli jiných objektech. Ale na jednom objektu musíme uspět. A ten objekt, který chceme mít jako hlavní, základní objekt, u toho bychom měli zůstat. Ale není tato praxe na hlavním objektu, úsilí na hlavním objektu, kterému bychom měli věnovat systematicky čas, každý den, není v protikladu se změnou objektu, jestliže právě zrovna nejde na tom objektu, no tak abychom neztratili koncentraci, tak můžeme použít jiný objekt. Přechodně. Ale zůstáváme u toho *múla-kammatthána*.

Otázka: Je-li objektem takovost, jak ji poznám?

😊 Takovost můžeme poznat na základě logického poznání a můžeme ji poznat meditací, jenom částečně, a když ji plně poznáme, no tak to je bódhi[238]. Takovost je bódhi. A to bódhi v čínské tradici, tomu se říká *t´üe-wu*, to je spíše známo v Japonsku jako *satori*. Těch *satori* prodělává meditující mnoho, mnoho. Malých satori. A ty malé satori potom ukazují cestu k velkému satori. Jednou, když dosáhneme velké satori čili staneme se skutečnými bódhisattvy, mnoho z nás praktikuje cestu bódhisattvů, ale staneme se skutečnými

[238] bódhi: dosl.: „procitnutí, probuzení". Více viz Slovník

bódhisattvy, stejně tak jako se staneme skutečnými žáky, jestliže se staneme *sótápanna*, jestliže vstoupíme do proudu. A staneme se skutečnými bódhisattvy, jestliže budeme mít autentické poznání **bezprostřední** poznání takovosti. Čili dosáhneme první *bhúmi*[239]. Pak už cesta do stavu plně probuzeného buddhy je zaručena. stejně tak, jako když dosáhneme stav sótápanna, dříve nebo později je jisté, že nás proud vezme do nirvány, jestliže dosáhneme autentické zkušenosti, Autentická zkušenost je ta, kterou nikdy nemůžeme zapomenout. Můžeme mít plno, plno satori, ale zapomeneme na ně. Čili ten objekt tam nebude. Vzpomínka tam bude, ale objekt tam nebude. Jestliže mám autentickou zkušenost sótápanna, kdykoliv chceme být za přítomnosti nirvány, máme ji před sebou. Jestliže máme autentickou zkušenost takovosti, kdykoliv chceme být v přítomnosti takovosti, máme ji před sebou. A tato zkušenost nás stále bude doprovázet.

Co je výhoda praxe *dhjány*? Jestliže máme autentickou zkušenost z *dhjány*, též nás neopustí. Udělá v našem vědomí tak hluboký dojem, že kdykoli chceme do *dhjány*, okamžitě objekt je před námi a můžeme do ní vstoupit. Stejně tak, jestliže máme autentické probuzení, kdykoliv chceme objekt je před námi a můžeme do ní vstoupit. Ať už je to dualisticky pochopený objekt, jako nirvána a nebo nedualisticky pochopený objekt jako takovost. Ale takovost a nirvána jsou vlastně synonyma.

> Otázka: Používáte občas pojem přiblížit se k objektu. Jakým způsobem se dá k objektu přiblížit? Například dechem?

Přiblížit se k objektu znamená, že objekt meditace je mentální objekt. Přiblížit se k objektu v tom smyslu, že ten mentální objekt bude ve vědomí jasný. No a tím pádem neexistuje žádná džhána, neexistuje žádná hlubší vipassaná bez jasného objektu. Jak stav *vipassany*, tak stav *šamathy* je vlastně stav koncentrace. Neexistuje bez koncentrace. A koncentrace je *samádhi*. Vipašjaná, skutečná vipašjaná je též *samádhi*. Jenomže jiné *samádhi*. Tomu se říká *kšanika samádhi*, *samádhi* pozorování přechodnosti strasti a nejáství spojené s přechodností. A to bez koncentrace nepoznáme. A stav *džhány* je stav koncentrace kdy vlastně meditující se spojuje s objektem. S jakým objektem? S mentálním objektem, který jasně vidí ve svém vědomí. Ten objekt **pochází** z vědomí samotného. Ale že ten objekt pochází z vědomí samotného on nepochopí, dokud nemá džhánu. Právě džhána je důležitá v tom, že pochopíme, že ten objekt pochází z vědomí. Tato zkušenost pak vede k filosofii jógáčáry, která tvrdí, že nejenom objekty meditace, všechny objekty jsou objekty vědomí. Kromě vědomí, žádný objekt neexistuje.

Tak to bude stačit. Dáme přenesení zásluh pro dobro všech bytostí. A skončíme tady.

[239] bhúmi: dosl. „země"; deset stupňů, jimiž musí projít *bódhisattva*, než dosáhne buddhovství. Více viz Slovník

(13. část)

Pustíme se do textu. Naposled jsme hovořili o mettá jako spíše konceptu, jak to použít, co to je a teď vlastně se vrátíme k textu. Ten text se skládá z asi sedmi otázek a odpovědí a ty vlastně rozebírají celou škálu aplikací a podstaty, co vlastně mettá je. A vždycky to uděláme tak, že první já vysvětlím jisté hlavní koncepty a pak se vrátíme k textu. A dnes budu vysvětlovat převážně na základě textu.

Mettá, to jsem vysvětlil posledně, v sanskrtu maitrí znamená doslova přátelství. A přátelství je též, to je důležité a musíme stále zdůrazňovat, je ten nejkrásnější vztah mezi lidmi. Ať už je to manželský pár, ať už je rodina, ať už jsou to přátelé. Vztah, který je založen na přátelství, ten vlastně lidi vyživuje. Mettá lidi vyživuje. Láska ve smyslu přátelství v jakémkoliv vztahu, ty, kteří v tom vztahu jsou, vlastně vyživuje.

Na to je krásný příběh v džátakách. Nandy džátaka. Nandy je samozřejmě též býk, na kterém jezdí Šiva. O tomto býku je mnoho pověstí v indické mytologii. V buddhismu máme také býka Nanda, který je obzvláště silný a není to nikdo jiný, než bódhisattva, než Buddha sám v předešlých životech. My, jestliže toužíme po tomto stavu, perfektně osvícené bytosti, zářící bytosti, dokonalé bytosti, tak pak jsme vlastně též bódhisattvové, protože máme příslib se takovouto dokonalou bytostí stát. Ať už to trvá, jak dlouho to trvat může. A ten býk Nanda, bódhisattva v minulém životě, protože byl bódhisattva, tak byl obzvláště silný. Proč? Protože jestli jsme bódhisattvové, praktikujeme lásku, soucit za účelem narodit se v lepších podmínkách, abychom měli schopnost a sílu pomoci více bytostem. A zdokonalujeme se tak dlouho, pokud perfektní zrození nedostaneme. Kde vlastně můžeme být maximálně užiteční pro společenství. Proto bódhisattva. Proto bódhi. Bódhi se stav nejenom probuzení, je to též stav osvícení, člověk září. Září svými vlastnostmi. Člověk září vlastnostmi i ostatní bytosti vlastně ty kladné vlastnosti v nich září. Jsou spojené z hlediska indické nebo čínské medicíny s tzv. *čen čchi* (zhen qi) – pozitivním čchi. S pozitivní pránou, která nenechá dopustit, aby ta zlá prána, která přináší strasti, zvítězila.

A tento býk Nanda se narodil, protože pokud nejsme perfektními buddhy, nemůžeme plně kontrolovat, kde se narodíme. Tak se narodil třeba omylem u jednoho chudého sedláka, který kromě toho Nandy nic neměl. A ten chudý sedlák, jako mnoho jiných sedláků v Indii, v té době obzvláště, miloval hru. Hrál o peníze. A někdy prohrál, někdy vyhrál a jednou, když prohrával a už neměl co vsadit, tak prohlásil v hospodě, že má vola, který utáhne pět set vozů. Tak silného. Jestliže se chce někdo vsadit, tak jestliže prohraje, dá mu všechno, co má, jestliže vyhraje, tak mu mají dát tolik a tolik peněz. Už si nepamatuji kolik, ale není to málo. A tak hrál a prohrál. Prohrál jak? Přitáhl toho bódhisattvu Nandu, postavil ho před pět set vozů, kopnul ho a řekl: Ty bestie hni se! A Nanda, bódhisattva se samozřejmě ani nehne. A tak prohrál všechno.

A vrací se domů, plačky a říká Nandovi: Ty jsi mně zradil. Já se o tebe tak starám, všechno ti dám a mám tě tak rád a ty jsi mně takhle zradil. Teď já jsem přišel absolutně o všechno. A Nanda, protože je bódhisattva, samozřejmě mluví lidským jazykem a povídá: Tak proč mi říkáš

bestie a kopeš do mě? Proč mě tak ponižuješ? Tak on se omluví, plačky a říká: Já jsem opilý, ani nevím, co jsem dělal a v opilosti jsem se choval nepříčetně. Tak se mu omluvil a protože Nanda nakonec je mu vděčný, že se o něj dobře staral a měl ho opravdu rád, tak povídá: Teď mně zapřáhni z láskou a řekni, ať za mě dají tisíc vozů, dej do sázky dvakrát více, všechno dej do sázky, i mně, všechno, co můžeš dát. A uvidíme. A tak zase přišel do hospody, zase: Můj Nanda pohne ne 500, pohne 1000 vozy. Nikdo nevěří, tak každý dá vysokou sázku. On dá všechno, co má, přitáhne Nandu, pohladil ho a říká mu: Můj drahý příteli, hni se! A Nanda pohne, protože je bódhisattva, má neskutečnou sílu, pohne tisíci vozy. A náš milý sedlák, protože to je dobrá karma, v rodině má bódhisattvu, tak se stal boháčem.

A to vlastně ukazuje tu schopnost mettá, schopnost lásky jako přátelství dávat lidem všechny dobré vlastnosti. Včetně imunity, včetně síly, včetně radosti, včetně pozitivních vztahů. Vše je jiné, jestliže jednáme s přátelstvím v srdci.

A bódhisattva, podle *Jógáčárabhúmišástra* je kdo? Bódhisattva je ten, který považuje *vatsjášája*[240]. *Vatsjá* znamená tele. V Indii v době Buddhy, i dnes částečně, kráva, obzvláště tele je znak jak bohatství, tak je i znak nenásilí a dobrých vlastností. Protože kráva nikomu neublíží. A dává všechno. Proto jsme vysvětlili, že podstatou mettá je *hita asaja*, tzn. tendence prospívat. Prospívat sobě i druhým. My jsme bódhisattvové, jestliže máme tuto tendenci prospívat sobě i druhým **bez** rozlišování. To je těžké. To se učíme a tato nauka je asi ta nejlepší nauka, co existuje. To je vlastně obsaženo, na rozdíl od arahata, bódhisattva by se měl učit též nejen *adhjátma átma*, nejen vnitřní vědu, která mu pomůže k probuzení, ale též logiku, medicínu, umění, etymologii, lingvistiku, pět věd, které jsou podstatné k tomu, aby člověk mohl prospívat všem možným bytostem. A učil se nerozlišovat mezi prospíváním sobě a prospíváním druhým.

A teď, s tímto pochopením se vracíme k textu a probereme si ty otázky, které Kumáradžíva vysvětluje. Tento celý text, ohledně přátelství, jsou vlastně sedm otázek a sedm odpovědí. A ty otázky probírají celou škálu významů, které přátelství v sobě obsahuje.

Tak první otázka je: Jak se stane jógin obdařen nezměrným přátelstvím? Nezměrným přátelstvím vůči všem bytostem.

Já jsem vysvětlil, že v tradici žáků čtyři brahmaviháry, čtyři nejlepší přebývání mysli a pocitů, důležité je pochopit, jestli chceme studovat jógu, chceme studovat buddhismus, že vlastně z hlediska buddhismu i z hlediska jógy veškerá zašpinění mysli jsou díky nepochopení pocitů. My nechápeme pocity (védaná, od sanskrtského kořene vid = vědět), české vědět je též odvozeno se stejného kořene – vid, věda. Nemáme vědu, jak zacházet s pocity. A my vlastně rozdělujeme myslí podle našich pocitů. A tím, že nechápeme pocity vlastně vytváříme v srdci nebo v mysli konfliktní situace. Konfliktní situace (*kléši*) jsou na základě nepochopení pocitů. Nepochopení jak v sobě nechat vyvstat pozitivní přístup k dotyku. Protože pocit pochází z dotyku. To je základ pochopení buddhismu, že z dotyku pochází pocit. A z pocitu pochází

[240] Vidí bytosti jako tele.

negativita. A převrácený názor. Podle buddhismus z nepochopení pocitu vychází převrácený názor. A převrácený názor je základ naší nevědy, naší avidjá, naší neznalosti. Na základě této neznalosti my trpíme.

A teď text vysvětluje, že nejlepší praxe mettá je na základě čtvrté dhjány. To jsem vysvětlil, to je rozdíl Visuddhimaggy, ale není to v podstatě rozdíl, protože čtvrtá dhjána, jak už jsem vysvětlil před tím, je vlastně očista pocitů. Ve čtvrté dhjáně není místo na zašpinění pocitů. Na to, aby člověk ulpíval na pocitech. Zašpinění pocitů je na základě ulpívání na pocitech. Protože my ulpíváme na pocitech, my se držíme jako klíště objektu. A tím necháváme v sobě vyvstávat buď chtíč ve smyslu negativním a nebo odpor. Protože se držíme jako klíště pocitu, který vzniká na základě dotyku. Jakmile je dotyk, bude pocit. Jakmile je pocit, místo se ho držet jako klíště, třeba ho chápat něco jako podmíněný fenomén, který vyvstává v daném pocitu, když ten daný pocit odchází, no tak tady vyjde. Také vyjde, ten dotyk bude jiný. Jiný dotyk, jiný pocit.

Toto pochopení je též **základní** pro pochopení jógy. Jenomže jóga vysvětluje jinak, buddhismus vysvětluje jinak, ale v józe též vlastně s dotykem přichází ty guny, vlastnosti a ty vlastnosti, to je to, co my chápeme jako svět. A v buddhismu s dotyku přichází počitek. A na základě počitku vychází náš přístup k pochopení naší zkušenosti. Na základě počitků my pak měříme. A většinou měříme špatně, protože buď na počitku lpíme anebo jsme zaslepeni počitkem, nerozumíme počitku anebo vůči počitku máme odpor, vůči dotyku máme odpor. A jsme vlastně v začarovaném kruhu.

A tomuto začarovanému kruhu se říká samsára. Samsára je to, co se stále a stále rozšiřuje. *Sar* znamená se rozšiřovat, chodit. Chodit na základě čeho? Na základě *prapaňča*. *Prapaňča* jsem vysvětlil, je nekonečné rozšiřování vnímání na základě chtíče. To je náš svět. My nekonečně rozšiřujeme vnímání na základě chtíče. Chceme to, chceme tamto, chceme zase něco jiného. A jelikož chceme na základě chtíče, no tak ten chtíč nás nikdy nemůže uspokojit. Jeden chtíč je uspokojen, přijde druhý chtíč.

A jak na to? Pozitivním přístupem! A proto jsem vysvětlil tento pozitivní přístup z hlediska učení bódhisattvů je tím, že vlastně objektem mettá, myslím že jsem se zmínil naposled, v praxi bódhisattvů nejsou jenom bytosti, bytosti je jenom základní objekt, samozřejmě bytosti neexistují v buddhismu – Abhidharmakóša říká: Bytosti neexistují, to co my považujeme za bytosti, to je pět agregátů. Pět agregátů to jsou přeměny. A přeměny je vše, co zažíváme. Zažíváme na základě abhisanskára [241] . Abhisanskára je fabrikování. Fabrikování čím? Fabrikování vůlí. My fabrikujeme svět naší vůlí. V dobrém smyslu nebo ve špatném smyslu.

A teď ve čtvrté dhjáně už žádná fabrikace na základě pocitů není, protože mysl je absolutně utišená. A je to utišení na základě odpojení. Odpojení od pocitů. Proto, jak jsme se zmínili, čtvrtá dhjána je jako nirvána. Ale není nirvána, protože nirvána je stále tady, ale čtvrtá dhjána přichází a odchází. I když se staneme nejlepšími jogíny, i když se staneme arahaty, i když se

[241] abhisankhára: znamená totéž, co karmické formace (sankhára), tj. druhý člen podmíněného vznikání (patičča-samuppáda).

staneme buddhy, tak čtvrtá dhjána přichází a odchází. Ale nirvána nikdy nebyla vytvořena a tak nemá kam přijít a nemá kam odejít.

A čtvrtá dhjána je, jak jsem se zmínil naposledy, je též čisté osvobození. Máme osm osvobození, každý, kdo se chce stát učitelem v théravádě, většinou aby byl učitel musí se naučit prvních sedm osvobození. Osmé osvobození je *saňňá-védajita-niródha samápatti*, což znamená dosažení stavu bez pocitů a bez vnímání. A na to se musíme stát nejméně *anágámi* nebo *arahati*, s plným mistrovstvím vipassany a šamathy, abychom tohoto stavu dosáhli. Sedm mistrovství ovšem dosáhnout můžeme. A musíme, jestliže se chceme stát mistry v meditaci a učit meditaci, alespoň v Barmě je to předpoklad. A třetí je právě dosažení čistoty. Dosažení čistoty je dosažení čtvrté dhjány na čistém objektu jako je láska, jako je kasina, barva atd.

A když jsme pracovali na kasinách nebo ještě lépe na arúpach, pak z třetí dhjány, která je dhjána mettá, podle Visuddhimaggy, mysl vlastně sama skáče do čistého osvobození, do čtvrté dhjány. Protože ve čtvrté dhjáně je pocit čistý. Není místo na ulpívání na pocitu. Ve všech nižších dhjánách je místo na ulpívání na pocitu. Ve čtvrté dhjáně ne, protože pocit je adukkha asukha – bez štěstí a bez strasti. A v tomto stavu čistého pocitu pak meditující - jako když jsme se učili tantrickou techniku, pak jsme se určitě učili mandalu – rozpíná vlastně lásku jako mandalu. Mandala patří vnitřnímu světu. A on rozpíná svou mandalu tak že začíná v té lokalitě, kde je, pak větší lokality, větší lokality až tady tohoto kontinentu, což je duchovní kontinent, Džambudvípa[242], kolem Méru. Méru symbolizován jako hora Kailása. Jsou čtyři kontinenty. Severní kontinent je, tam jsou bytosti, žijí dlouho a užívají si, ale jsou pitomé. Indové si myslí, že Uttarakuru, to jsme právě my tady, v Evropě. 😊 My jsme hloupí, užíváme si a neznáme pravdu samsarického utrpení. Pak je Púrvavidéha, Aparagódána, levý kontinent, pravý kontinent, severní kontinent, jižní kontinent. A meditující rozpíná svou lásku v mysli jako přátelství všem bytostem v těchto kontinentech až do nekonečného vesmíru, ve kterém jsou hory Méru jako zrnka písku ve velké řece Ganze.

Tady je k tomu krásné vysvětlení, což je typicky indické. Když náš tento malý svět bude končit, no tak přijdou různé katastrofy. Teď už začínají pomalu chodit, ale to je jenom začátek Káli-jugy. Přijdou nemoci, epidemie atd. A pak přijde destrukce ohněm. Když po destrukci ohněm přijde destrukce vodou. A voda je kontrolována, na to máme nágy. A tak, když přijde

[242] Džambudvípa, Džambudipa: světadíl (dvípa) na jih od posvátné hory Méru, Země růžových jabloní, totiž Indie; má tvar trojúhelníka. „Až se mezi lidmi opět upevní držmo a zarazí se rozvoj obecného úpadku, lidé začnou být hezčí a jejich věk se bude prodlužovat. Hlavním městem Země růžových jabloní bude Váránasí, ale bude se jmenovat Kétumatí, Město skvělých korouhví. Panovat tam bude král Šankha (Sankha). Pokud ten zachová ušlechtilý rád (árjadharma, arijadhamma), na nebi opět vyjde kolesový klenot (čakraratna, čakkaratana). Aby blaho lidstva bylo dovršeno, na světě se zrodí příští buddha Maitréja (Mettejja), který bude hlásat nauku a bude mít ještě víc učedníků než Buddha sám“, tak se praví v Díghanikáje. Viz také – **čakraváda**, čakkavála: svět, kterýkoli z mnoha, jež tvoří vesmír; jsou všechny stejné. Základem světa je plochý kruh, v jehož středu se tyčí hora Méru. Na jih od této hory je ostrov zvaný Džambudvípa, Země růžových jabloní, což je Indie; má tvar trojúhelníka. Na západě se rozkládá okrouhlá Aparagódána (Aparagójána), na severu Uttarakuru, jež je čtvercové, a na východě Púrvavidéha (Pubbavidéha), která má tvar půlměsíce. Kolem dokola je širý oceán. (Vladimír Miltner: Malá encyklopedie buddhismu)

k destrukci ohněm, tak ten nága[243], protože vysychá, nechá z vědomí vytrysknout vodu, která zaplaví celý svět. A podobně vlastně jogín nechá zaplavit všechny světy ze svého srdce, které vyzařuje vláhu, vodu lásky. A oživuje nekonečné bytosti.

A teď, jak už jsem se zmínil, ti, kteří Kumáradžovi naslouchají, to jsou žáci a Kumáradžíva v tomto textu jasně už je nasměrovává trochu k tomu, k velkému soucitu. Aby se v nich probudila *bódhičitta*[244]. Co je bódhičitta? Bódhičitta je pochopení, že individuální probuzení neexistuje. V buddhismu samozřejmě individuum existuje, ovšem pouze z hlediska pravdy konvenční – *sanvrti*. Z hlediska *paramártha* - z hlediska pravdy nejvyšší, žádná bytost neexistuje. Skutečně neexistuje. To je specifika buddhismu. Buddhismus nepopírá bytosti. Buddhismus popírá bytosti z hlediska pravdy absolutní. Z hlediska pravdy nejvyšší.

A teď, jak už jsem se zmínil, pro bódhisattvu objekty přátelství á nejsou jenom bytosti, ale též všechny dharmy, všechny fenomény, protože arahat už nevidí skutečné bytosti, vidí pouze pět agregátů, které jsou v procesu přeměn. A potom to přátelství nejvyšší. A přátelství nejvyšší je vůči principu. A princip je ta nejvyšší pravda, která se v nedualistickém pochopení buddhismu nazývá *dharmakája* – tělo dharmy. Tělo dharmy vládne vším. Tělo dharmy je takovost. Toto tělo dharmy **je** objektem přátelství. Objektem lásky. Čili z hlediska praxe bódhisattvů, jak už jsem se zmínil naposled a i z hlediska praxe žáků, objekt lásky není skutečný, protože jsou to bytosti. Žák též nevěří ve skutečnost bytostí. Proto musí praktikovat, aby poznal, mohl použít lásku jako vůz osvobození, musí kromě lásky, do lásky integrovat praxi čtyř základů bdělé pozornosti. Jinak, na základě bytostí, se nikdo nemůže osvobodit. Protože bytosti je to, co je uvázané. Jak se můžu vysvobodit na základě něčeho, co je uvázané? Já se můžu jedině vysvobodit na základě něčeho, co uvázané není. A to je ta pravda nejvyšší. Ať si ji představíme jako Bůh, nebo ať si ji představíme jako takovost, nebo jako nirvánu.

A teď tedy text nepřímo navádí žáky k vyvstání bódhičitty tím, že vlastně meditují na Buddhu. On tady neříká na Buddhu, jako na pravdu absolutní, ale na Buddhu jako symbol toho nejvyššího štěstí. Nejvyšší štěstí můžeme dosáhnout **jedině** jako plně probuzení buddhové. Nikdo jiný než plně probuzený buddha nejvyšší štěstí dosáhnout nemůže. Protože nedosáhl nedualistického osvobození. Nedosáhl osvobození společně se všemi bytostmi. Bytost a priori nemůže dosáhnout osvobození společně se všemi bytostmi. Protože bytost je něco odděleného. Ale tělo dharmy, což je synonymum takovosti, může. Protože to nikdy oddělené není. Právě proto vlastně možnost spojit praxi lásky, a v mahájáně se to dělá, s kontemplací štěstí Buddhy. Štěstí nedualistického vysvobození.

A tak, díky tomu, jak text vysvětluje, pak vidí, nejenom, že si představuje, ale skutečně vidí všechny bytosti v deseti směrech, ve všech nekonečných světech ve stavu perfektního štěstí.

---

[243] nága: „hadi, draci“, polobožské bytosti vod a lesů; mohou na sebe brát lidskou podobu… Nágarádžové, hadí či dračí králové, jsou vládci sladkovodních zdrojů, studánek, řek a jezer. Ve svých podvodních palácích prý střeží posvátná buddhistická písma, jejichž obsah lidstvo zatím není s to pochopit.
[244] bódhičitta: dosl. „duch probuzení"; úsilí či vznik snahy o probuzení, jedna z ústředních myšlenek buddhismu - mahájány. Více viz Slovník

Proto, jak třeba *Lankávatára*[245] vysvětluje, tělo Buddhy - dharmakája vyvstává na základě transcendentální moudrosti pomocí čtyř božských přebývání. Přátelství, soucitu, radosti a odpojení (*equanimity*[246]), odpojení se zde od ulpívání na pocitech. To je *equanimity*.

A tímto způsobem, jestliže praktikujeme cestu bódhisattvů, jak *Vímalakírtisútra* vysvětluje, na základě mettá, přátelství je základ, vidět všechny bytosti jako telata, je základ. A na základě tohoto základu my pak se rozhodujeme neopouštět bytosti. Za žádnou cenu neopustíme bytosti, protože kráva nikdy tele neopustí.

A tento text, jak můžeme vidět, spojuje vlastně praxi mettá a praxi soucitu v jedno. Praktikovat přátelství je též praktikovat soucit. Podle Nágárdžuny, podle písma praxí bódhisattvů vysvětlující praxi bódhisattvů, vlastně přátelství a soucit mají stejný kořen a to je *advéša*. Advéša znamená vlastně přátelství. V Abhidharmě v théravádové *adósa* je, nepotřebujeme speciální jméno na mettá, protože mettá je *adósa* – to znamená stav bez nepřátelství. Co je stav bez nepřátelství? Přátelství. Čili, jestliže máme přátelství, praktikujeme k bytostem lásku a soucit zároveň. Théraváda má jasnou tendenci je odděluje, protože když kontemplujeme mettá, kontemplujeme bytosti, ať už nám přátelské nebo nepřátelské, jakožto bytosti drahé, bytosti, které chceme obdařit přátelstvím. Jestliže praktikujeme soucit, praktikujeme co? Kontemplujeme utrpení bytostí. Ale jak uvidíme v textu, bytosti neexistují, protože bytosti neexistují, jakýkoliv jednostranný pohled je samozřejmě též přechodný. A vše, co je přechodné nemá žádnou podstatu.

Dobře. Jdeme k druhé otázce. Druhá otázka je: *Abhidharma říká, že mettá je zkušenost ve vizi bytostí jako těch, které zakouší štěstí a teď vy mluvíte jenom o tom, že mettá znamená vůle nebo přání, aby byly bytosti šťastné.*

Ale podle Abhidharmy, když praktikujeme mettá, měli bychom vidět ty bytosti jako šťastné. Nejenom si to přát. A samozřejmě odpověď je jasná. Mettá má postup! Podle Abhidharmakóša vlastně každá praktika má postup. První jsme začátečníci, tak se učíme koncentrovat pozornost vůči danému objektu. Jestliže jsme pokročilí, pak jsme tu pozornost zvládli, čili jsme mistři té pozornosti. A jestliže jsme vlastně dokonalí jogíni v té disciplíně, tak jdeme už **nad** tu pozornost. Co znamená jdeme nad tu pozornost? Jakmile pomyslíme na ten objekt, okamžitě jdeme do samádhi. Nepotřebujeme se té pozornosti věnovat. Tomu se říká *atikránta manasikára*. Transcendovali jsme tu pozornost nebo tu disciplínu, díky které ta pozornost vede do samádhi. Tu jsme transcendovali. Takže jakmile chceme, objeví se ten objekt okamžitě v naší mysli a vstoupíme do hluboké koncentrace. Nepotřebujeme se té pozornosti věnovat.

A to je vlastně ta nejvyšší disciplína z hlediska džhány.

---

[245] Lankávatárasútra (čínsky: Leng-ťia-a-pcha-tuo-luo-pao-ťing): dosl. „Sútra o sestoupení na Lance“; mahájánská sútra, jež zdůrazňuje nauku „vnitřního osvícení“, které ruší veškerou dvojnost a je povznesené nad všechny odlišnosti. Více viz Slovník

[246] equanimity (anglicky): klid, vyrovnanost, rovnováha.

A jak jsem se zmínil perfektní jogín je ten, který má takových disciplín jako slunce paprsků. Na jakýkoliv objekt, kterému se věnuje, **okamžitě** vstoupí do samádhi. A z hlediska cesty bódhisattvů je to možné jedině tehdy, jestliže pochopí takovost všech objektů. To je paradox bódhisattvovské praxe. Všechny objekty, jelikož jsou takovost, se mohou stát objektem džhány.

A třetí otázka. Protože jasně vidíme, že my ač jsme zvládli meditaci mettá, kdykoli chceme vidíme bytosti ve stavu štěstí, no ale samozřejmě to štěstí jsme si vytvořili sami ve své mysli. Čili je to vlastně převrácené vnímání. Ty bytosti šťastné nejsou. Ale my je vnímáme jako šťastné. Není to převrácený názor? A v buddhismu převrácený názor je obsahem naší nevědomosti. Co znamená v buddhismu nevědomost? Že máme názor, že vnímáme, a že rozdělujeme – čili tři druhy nevědomosti. To, co je přechodné jako něco stálého. To, co stálé štěstí nepřináší jako stálé štěstí. To, co není já jako já. A to, co je nečisté jako čisté. To jsou čtyři druhy převrácení z tří druhů aspektů, z aspektu názoru, z aspektů vnímání a z aspektu rozdělování. Čili dvanáct druhů *viparjása*[247]. Dvanáct druhů převrácení. Těchto dvanáct druhů převrácení je v buddhismu **obsah** našeho nevědomí. My žijeme v samsáře, protože máme těchto dvanáct. Jestliže jsme poznali bezprostředně objekt osvobození, pak už ne dvanáct, pak už jenom osm, protože už nemáme převrácený názor, nepovažujeme to, co není já jako já. Ale přestože nemáme ten názor, tak vnímáme stále a rozdělujeme na základě nevědomosti. Protože ten zvyk vidět bytosti jako skutečné je tak hluboký v nás. Právě proto jedině arahat nebo plně probuzený buddha může jít nad sympatie a antipatie. A aby to mohl dělat, musí **zůstat** ve stavu samádhi. Arahat, buddha a my, rozdíl mezi námi a probuzenou bytostí je právě ten. Probuzená bytost nemůže opustit stav samádhi. Protože kdyby ho opustila, tak zase počitek ji bude podvádět, objektivita bude kolorovaná sympatií a antipatií a nebo nudou a nebo chtíčem po rozptylování. Toho se nezbavíme. Ale názoru se zbavit můžeme, jestliže bezprostředně poznáme objekt osvobození.

A teď Kumáradžíva vysvětluje, že **nikoliv**. Abhidharmakóša stejně tak jako Jógáčárabhúmišástra rozděluje pozornost na mnoho, mnoho kategorií. Z těch dvou kategorií nejdůležitější je kategorie pozornosti na základě *adhimókša*[248], na základě rozhodnutí, což je praxe mettá. My **rozhodneme**, že všechny bytosti jsou šťastné, protože štěstí je něco, co je pozitivní. A vidíme všechny bytosti včetně sebe jako šťastné na základě našeho rozhodnutí. Protože jsme jogíni, máme silnou vůli, no tak to je maličkost. Nikdo se jogínem nestane, kdo silnou vůli nemá.

A pak je *tattva-manasikára*, což je pozornost na základě skutečnosti. A pro buddhisty skutečnost je skutečnost světa jako přechodného jevu. Jiná skutečnost ve světě není. Vše, co my můžeme poznat dotykem, to jsou procesy. A procesy jsou přechodné. A žádný proces nemůže dát trvající štěstí. My musíme najít něco, co přesto, že je v procesu, proces transcenduje. A to je právě ta transcendentální moudrost. Ať už jsme žáky nebo jsme

---

[247] viparjása - sanskrt, v páli - vipallása.

[248] adhimókša, adhimokkha: rozhodnutí, rozhodnost: je jedním z mentálních faktorů (čétasika) a náleží do skupiny mentálních formací (*sankhárakkhandha*). V M. 111 je zmíněna spolu s ostatními mentálními faktory.

bódhisattvy, jediné možné osvobození na základě transcendentální moudrosti. Žák potřebuje transcendentální moudrost, bódhisattva potřebuje transcendentální moudrost, ať už vysvětlíme jógu, jak vysvětlíme. Jestliže je jóga skutečná, musí být založena na transcendentální moudrosti. Jiná jóga není jóga ve skutečném smyslu. Transcendentální moudrost je to, co osvobozuje. To je stejná tradice. Jak tu transcendentální moudrost získáme, můžeme mít rozdílný názor, ale podstata je stejná.

Jedině transcendentální moudrost může osvobodit. A ta transcendentální moudrost musí být založena, to je základ učení buddhismu, na poznání konvenční reality. Konvenční realita je realita přechodná. Je realita bez já.

A teď, ideální stav, velký jogín, ať už je jakékoli disciplíny, je velký též básník. A Kumáradžíva je velký jogín a velký básník. A velký básník mluví, aby se přiblížil nám, popleteným bytostem, mluví v úkazech, v similiích[249]. A Kumáradžíva používá, to je přirovnání, které asi nikde jinde nenajde, proto si myslím, že to sám Kumáradžíva vymyslel, jako ten, který oceňuje perly. Ten, kdo oceňuje perly, může znát tu cenu perel, takže nekoupí špatnou perlu. A ví přesně která perla má jakou cenu. Ale nemůže tu perlu správně použít. Jiný zase správně použije tu perlu, ale zase nemůže správně ocenit, jakou má cenu. A ideální je, že spojíme tyto dva aspekty praxe mettá dohromady. Že použijeme mettá k osvobození a zároveň použijeme mettá k tomu, abychom prospěli i druhým. A pokud jsme nedosáhli přímé znalosti objektu probuzení, ať už je to nirvána nebo takovost, no tak jsme vlastně nepoznali skutečnou cenu té perly. Ale můžeme ji použít. Můžeme ji použít a zlepší všechno v našem životě.

Přátelství zlepší všechno v našem životě, osobní vztahy, vztah ke společnosti, vztah k rodině, vztah ke světu. Ale pokud jsme oddělené bytosti, které neznají to nejvyšší, no tak my můžeme použít, ale nemůžeme ocenit. Jestliže jsme ale poznali to nejvyšší, to, co přináší mír, který trvá, který není přechodný i umíme tu perlu použít, to je ideální. A tak by měl vlastně člověk praktikovat. To je ta nejlepší praxe.

V buddhismu čisté vědomí znamená rovnoměrné vědomí. A rovnoměrné vědomí znamená rovnoměrný pocit. To je důležité pochopit. A rovnoměrný pocit je na základě rovnoměrného pozitivního pocitu. A rovnoměrný pozitivní pocit je láska, soucit, radost a odpojení.

A teď text vysvětluje, právě u té třetí otázky, co jsem říkal, že v buddhismu vlastně neexistuje skutečná bytost. A proto jak může naše představa, že strast skutečně existuje nebo že štěstí skutečně existuje nebýt převrácenou představou? To, co skutečně existuje, musí být stálé. A představa štěstí a představa utrpení nemůže být stálá. Protože štěstí a utrpení se stále mění.

Proto existuje vlastně jenom jedna perverze. A to je perverze, že bytosti je něco skutečného, že bytosti je něco, co má vlastní podstatu. A perverze je též vlastně z tohoto aspektu je vidění, že to, co si představujeme jako vlastní podstatu je buď permanentní anebo přechodné. To všechno je vlastně naše fabrikace. A fabrikace je to, co vytváří samsáru. samsára je fabrikace. Fabrikace naší mysli. Jaké mysli? Převrácené mysli, která tvrdí a stále nás vede k názoru, že

[249] similis (latinsky): podobný, zkráceně simil.

v těchto pěti agregátech, které jsou vlastně všechno, co máme, existuje nějaká vlastní podstata, která nám patří. Nám, jako oddělené bytosti. A proto vlastně existence, nejenom existence, ale i neexistence bytostí je vlastně převrácený názor. Tady Kumáradžíva jde do filosofie a vlastně zadními dveřmi uvádí žáky do praxe bódhisattvovské cesty. Protože to je názor bódhisattvů. existence, stejně tak jako neexistence je převrácený názor. Skutečná nestálost všech jevů, stejně tak, jako skutečná stálost všech jevů je též převrácený názor. Protože v samsáře je všechno neskutečné. A protože to nechápeme jsme vlastně ve stavu nenaplnění. A tento stav se dá jedině naplnit takovostí.

A jestliže praktikujeme kasiny, můžeme vidět všechno jako červenou barvu, to není vůbec žádný problém, všechno můžeme vidět jako bílou barvu, to je maličkost pro dobrého jogína. Proč nemůžeme vidět též na základě stejného principu všechny bytosti ve stavu štěstí? Ať už jsou chudí nebo bohatí, každý má – další otázka – i potenciál štěstí. A ten, který se táže, to se mu nezdá. Jak můžou bytosti v pekle mít podíl na štěstí? A tento potenciál štěstí – čtvrtá otázka – existuje ve **všech** bytostech.

V čínském buddhismu je obzvláště populární praxe bódhisattva esence země *Kšitigarbha*[250]. Kšitigarbha bódhisattva. Ten má *pranidhi*, ten má příslib, že se nestane buddhou, pokud neosvobodí všechny bytosti v pekle. A tím vlastně tráví svůj čas, samadhi o bytostech v teple. 😊 V pekle! To je ale nedobré teplo. Tam u mě, já toužím po dobrém teplíčku, protože přes zdi mi tam proniká zima, ale v pekle tam žádná zima žádnými zdmi neproniká, tam je stav tepla, teplého utrpení stálý. Stejně tak v studených peklech, stav zimy je stálý, bez přestání. Ale přesto ten potenciál pro štěstí existuje i v těchto bytostech. No a text dokazuje právě to.

A tím, že kontemplujeme tyto bytosti vlastně praktikujeme to, vlastně nepřímo nás uvádí Kumáradžíva do praxe *sattva sangraha,* nejlepší praxe bódhisattvů je **sdružování bytostí**. Sdružování bytostí tím, že je obdarovává, že k nim hovoří přátelsky, že je vidí všechny na stejné úrovni, těmito způsoby vlastně on sdružuje bytosti. A praxe mettá je vlastně též sdružování bytostí. V jiných knížkách se dočteme, jako Visuddhimagga, že začínáme praxí mettá se sebou, pak rozdělíme bytosti na ty, které nám jsou nakloněni, ty které jsou nám fuk (indiferentní) a ty, které jsou naši nepřátelé. A **praktikujeme vyrovnávání** mezi těmito třemi kategoriemi. Protože naše sympatie a antipatie jsou založené na těchto kategoriích.

A my, co můžeme udělat? Vlastně stav bytí v samsáře je podobný stav peklu. Ať už máme jakékoliv štěstí. Abhidharmakóša jde tak daleko, že vysvětluje, že vlastně jakýkoli pocit je pocit utrpení, protože je přechodný. To je sice extrém, no ale proč ne extrém za účelem nauky? Stav přechodnosti je jako peklo. A meditace bytostí v pekle, v utrpení v pekle a jejich potenciál ke štěstí je výborná praktika pro otevření srdce. Pro sdružování bytostí.

---

[250] Kšitigarbha: doslovně „zrozenec Země“, bódhisattva, který zachraňuje hříšníky z pekel (naraka, niraja), pomáhá dětem po smrti a chrání poutníky. Je to jediný z bódhisattvů, který je obdařen chomáčkem bílých chloupků (úrna, unna) mezi obočím, jedním z dvaatřiceti znaků výrazné osobnosti (mahápuruša, mahápurisa). Jeho symboly jsou drahokam čintámani, který plní všechna přání, a bambusová poutnická hůl se šesti kolínky, jež znamenají šest možných bytí (gati), v nichž Kšitigarbha pomáhá bytostem.

Vidím, že už vypršel čas, tak skončíme u čtvrté otázky, pak příště probereme ještě pátou, šestou, sedmou a soucit.

Co je důležité, co vysvětluje jasně taktéž *Méttásutta*[251] atd., že vlastně stav mettá, stav přátelství není pasivní stav. „Já vidím všechny bytosti jako šťastné, já jsem šťastný!“ To je aktivní stav. Když praktikujeme mettá, my máme aktivní přístup k sobě a ke všem bytostem. Protože, jak už jsme vysvětlili, mettá je *hita asaja*, je tendence být prospěšný sobě i druhým. To je maitrí. To je cíl. A proto je totéž základ bódhisattvovské praxe. Co je bódhisattva? Bódhisattva není nikdo jiný než ten, který se snaží být prospěšný sobě a druhým **bez** rozlišení.

A mettá je vlastně **aktivní** přístup ke konání. A my aktivizujeme ten přístup právě tím, že si představujeme všechny bytosti i sebe jako bytí v pekle, ve stavu utrpení, utrpení nestálosti. A *Kšitigarbha* bódhisattva je ten, který stále vizualizuje a prochází stejně jako Dante v *Commedia Divina*[252] různými stavy pekel a vizualizuje si tam ty bytosti, které trpí. A vizualizuje si též jejich osvobození.

A tím končíme dnešní lekci o mettá. A příští týden skončíme s mettá a půjdeme na soucit, který je v tomto traktátu vysvětlen velice krátce, ale je to vlastně základ praxe bódhisattvů, do které nás chce Kumáradžíva vlastně zadními dveřmi přivést. A proto, že v té době vlastně praxe soucitu byla spojována s mahájánovou praxí a Kumáradžíva se nechce představit jakožto učitel mahájány, ale chce i tak jako Buddha být nejen učitelem bódhisattvů, ale učitelem žáků. A proto se nerozvádí o soucitu. Ale rozvádí se o mettá, kterou jako představuje jakožto praxi nerozlučnou od soucitu. Jestliže si přečte tento text pozorně, uvidíte že vlastně nerozlišuje mezi praxí lásky a soucitu. Je to jedna praxe. V čínštině též vlastně říkáme *cch' pej* (ci bei) – znamená mettá a karuná. Jako jedno slovo pro pozitivní přístup k sobě i druhým.

A tím končíme. A jestliže jsou nějaké otázky.

> Otázka: Ještě více prosím popište vitarku, vičáru a zejména píti[253]. Projevuje se píti brněním jako elektrický proud? Měl bych cítit píti v celém těle?

Neměl bys nic. Jakmile bys něco měl, tak to je převrácená představa. To je důležité pochopit. Měli bychom pochopit, ne měli dělat. Protože chceme dělat a nemáme pochopení, tak máme trable. A to je první třeba poznat a pak odstranit. Krásné vysvětlení píti, to stojí za to si přečíst, někdy máme vysvětlení lepší, hlubší v písmu severního buddhismu, někdy v písmu jižního buddhismu. *Visuddhimagga Buddhaghósa* dává perfektní vysvětlení píti. Píti existuje na různých úrovních. Je píti jakožto vlny, je píti jakožto - dá se říci – jako elektrický proud, je píti,

---

[251] Méttásutta: dosl.: „Sútra dobrotivosti"; hínajánová sútra, jež má za námět rozvíjení laskavosti (maitrí, brahmavihára). Je to jeden z nejpopulárnějších textů théravády, jejž mniši i laikové této školy denně recitují. Více viz Slovník

[252] Česky Božská komedie. Božská komedie je rozsáhlé literární dílo italského básníka Danta Alighieriho, jedno z nejvýznamnějších děl světové literatury vůbec. Vzniklo pravděpodobně mezi lety 1307–1321. V Božské komedii samotné Dante uvádí, že se děj odehrává o Velikonocích roku 1300. Skládá se ze tří částí: Peklo, Očistec a Ráj.

[253] píti: nadšení, radost.

která nadzvedává na základě píti, podle Visuddhimaggy se dá i létat. Jestliže máme silné samádhi, můžeme vyletět na základě píti. To dává i příběh o tom jak ne nějaký velký jogín, ale jedna mladá dcera nějakého buddhisty vyletěla, když musela být doma a nepustili ji na púdžu k pagodě – vyletěla tam na základě píti. A najednou se tam ocitla mezi těmi, kteří se té púdži účastnili.

A proto píti je stav radosti, který může být omezený, a který může zahrnovat vlastně veškeré mentální činění. Vsaje se úplně. A zmínil jsem se o tom, v severní tradici vysvětlujeme píti jako *saumanasja*, jakožto mentální příjemný počitek. A v théravádě vysvětlujeme *píti* jakožto speciální *čétasiku*[254], speciální mentální faktor. To znamená radovat se nad objektem. My se radujeme nad objektem, ale my ještě ten objekt jsem vlastně plným tělem nezažili. Ale radujeme se nad tím. Proto Visuddhimagga vysvětluje píti jako – představíme si, že jsme v poušti a nemáme co pít a vidíme v dálce oázu se studnou nebo s jezírkem plným vody. A radujeme se z této vize, ale my jsme ještě do té vody, do té oázy nevstoupili! A štěstí je, když jsme do té vody, do té oázy vstoupili a plným tělem vlastně vnímáme tu slast, chladící slast chladné vody. To je přirovnání.

Teď ale mluvíme o samádhi a základ pro samádhi je *kájavivéka*[255]. To znamená, že jsme se odpojili od dotyků pěti smyslů. Máme jenom mentální pocit. Čili tělesný pocit zde neznamená doslova tělesný pocit na základě pěti smyslů, obzvláště na základě toho, co cítíme bezprostředně tělem, ale je to též mentální, pocit, který **prosakuje** celou bytostí. Prosakuje celou bytostí, protože to, co je mentální, mentálno ovládá tělem. Naše tělo je právě ovládáno mentalitou. Vždy to jemnější ovládá to hrubší. A jelikož nejsme jogíni, no tak to nevidíme jasně. Až dojdeme k osvobození, pak osvobození bude ovládat vším. A osvobození je to nejjemnější.

Vitarka, vičára, to už jsme vysvětlovali tolikrát, to už nemusíme…

> Otázka: Jak vitarku, vičáru a píti odmítnout? Pomocí dechu nebo rozhodnutím či jiným způsobem?

Jestliže to chceš odmítnout, tak to nikdy neodmítneš. Musíš to **pochopit**. To je jasné, že dotyčný nepraktikoval jógu, právě proto chce odmítat, proto chce získávat. V józe mi nemáme odmítat a získávat, v józe máme pochopit. Pak nepotřebujeme nic odmítat a nepotřebujeme po něčem lapat. To, že jsme to pochopili, to je základ! Tím, že pochopíme vitarku a vičáru a nepříhodnost vitarky a vičáry, my se dostaneme do druhé džhány. Tím, že pochopíme nestálost a rozrušení spojené s píti, my se dostaneme nad píti. Tím, že pochopíme rozrušení ve štěstí, my se dostaneme nad štěstí. A tím získáme to perfektní utišení ve kterém už není místo na ulpívání na pocitech. To je důležité pochopit.

---

[254] čétasika: ‚mentální faktory' či ‚faktory mysli', jsou ty mentální jevy, které jsou svázány se zároveň vznikajícím vědomím (čitta = viňňána) a jsou podmíněné jeho přítomností. Více viz Slovník

[255] Odloučení těla, poustevnictví

To je proces pochopení ne, že bychom něco chtěli nebo nechtěli. A abychom to pochopili, musíme mít tu zkušenost. Jestliže nemáme zkušenost toho jak vitarka, vičára nás spojuje s objektem koncentrace a vplývá naše vědomí do toho objektu, takže je od toho objektu nerozlučená, tak nikdy se do džhány nedostaneme. Jestliže už jsme v džháně, pak teprve můžeme jasně chápat tu rušivou náturu vitarky a vičáry. Vitarka a vičára, doslova vitarka „mlátí“ a vičára „masíruje“ objekt pozornosti. Tím pádem mysl ten objekt pozornosti může zkoumat. Pro vipassanu jsou nezbytné. Ale pro utišení jsou zábranou. Jestliže to pochopíme, pak se jich můžeme zbavit. Ne, že je jen nechceme nebo chceme, my je pochopíme! A pak můžeme jít nad radost, nad štěstí a dostat se do plné rovnováhy počitků. Což je čtvrtá dhjána. A čtvrtá dhjána je ta nejlepší. To je ta skutečná džhána.

Všechny ostatní jsou vlastně jenom přípravy k džháně. Na základě čtvrté dhjány, když pak praktikujeme, ať už je to mettá, jak bylo v našem textu, ať už praktikujeme vipassanu, ať už praktikujme cokoli, naše mysl bude nejstabilnější. Protože stabilní mysl závisí na stabilitě pocitu. Jestliže nemáme stabilitu pocitu, stabilitu počitku, my nikdy stabilitu mysli nedostaneme.

A proč praktikujeme džhánu? Protože v džháně **je** stabilita počitku, počitek se nemění. Jestliže praktikujeme džhánu jsme hodinu, dvě hodiny, jestliže jsme dobří jogíni i celý den, i několik dní ve stavu jednoho pocitu. Všechny ostatní pocity se zdají být absolutně neskutečné, protože mysl se věnuje jenom jednomu objektu. Mentálnímu obrazu našeho meditačního objektu. Jiným obrazům se nevěnuje. A právě proto sílí. Praxe dhjány je nezbytná k osvobození, protože bez stabilního pocitu nikdy osvobození nemůžeme získat. Osvobození je na základě stability pocitu. Stabilita pocitu stabilizuje mysl. A jen stabilní mysl může pochopit objekt osvobození. Jestliže mysl není stabilní nikdy objekt osvobození pochopit nemůže. Ačkoli ten objekt pochopení můžeme chápat jinak, v podstatě princip je ten samý. To je jóga.

Otázka: Jak mohu dhjány měnit?

To jsem vysvětlil přece. Tím, že chápeme, tak tím měníme, že ano. A jelikož už jsme pochopili, tak pak máme ten dojem ve vědomí. Pak vyměníme, jak chceme. Pak už nemusíme se nějak snažit, protože ten vjem udělal tak pevný dojem v mysli, že kdykoli si vzpomeneme, no tak měníme. Chceme do první, tak jdeme do první, chceme do druhé, jdeme do druhé, chceme do třetí, jdeme do třetí, protože ten vjem je už v nás. Pak můžeme praktikovat mistrovství, jestliže chceme dosáhnout nadpřirozených schopností my skáčeme. Z první do třetí, z třetí do arúpa, z první arúpa do třetí, tak se cvičíme. To je živá tradice v Barmě. Každý, kdo chce se učit být učitelem meditace, se musí takto učit. Jinak to nejde. A tím pádem se stáváme mistry dhjány.

Jak Visuddhimagga vysvětluje, člověk se stane mistrem dhjány, protože má pět *vasíbhúta*. Má pět mistrovství. Když si zamane, okamžitě se objeví ten mentální obraz, který potřebuje k džháně, se objeví v jeho vědomí. On ho nemusí vyvolávat, protože už tam nechal tak hluboký

dojem. Stejně tak, jako když chceme vidět matku, zavřeme oči a máme ji před sebou, protože v našem vědomí udělala tak silný dojem.

Džhánu vědomí nezapomene, protože udělalo hluboký dojem. A jakmile se ten mentální objekt objeví, tak se okamžitě, bez čekání může do něho vnořit, protože to už praktikoval dlouhou dobu. To není žádné umění pro něj. A když se vnoří, tak se rozhodne, to už je těžší, jak dlouho v tom stavu zůstane. V tom stavu spojení s mentálním jemným objektem, jak dlouho zůstane. Třeba hodinu. A tak, tím jeho rozhodnutím, to je těžké, vlastně opouští mysl, která mění objekty a je fixován na ten objekt. Čas, jestliže praktikujete jógu, praktikujete samádhi, budete vidět sami, čas není něco objektivního, čas jsme si sami vytvořili v mysli tím, že jsme si dali míru. Protože jsme zvyklí na jednu hodinu, tak jednu hodinu už máme v mysli. Když máme silnou mysl, tak jednu hodinu můžeme se rozhodnout, za jednu hodinu si uvědomím, nebo když jdeme spát, pokud jsme mladí, ne jako já, no tak se můžeme rozhodnout, ve čtyři hodiny se vzbudíme a ve čtyři hodiny se vzbudíme. Protože vlastně hodinky máme v mysli. Stejně tak meditátor si zamane za hodinu vystoupí z dhjány, tak mysl jako budík za hodinu mu řekne: hodina uplynula. A vyjde, protože je zvyklý na dhjánu, vyjde bez úsilí z dhjány, protože změní pozornost.

A když vyjde z dhjány, to je specifika buddhistické praxe, si uvědomuje dhjánu jako přechodný jev, objekt dhjány najde v základním vědomí. Bez základního vědomí se žádný objekt nevynoří. A v tom základním vědomí vidí ten mentální obraz a mysl, která k tomu mentálnímu obrazu jde. A ta mysl je přechodná. Ale ten mentální obraz zůstává. Ta mysl je přechodná, protože vlastně vystoupil z dhjány. Ale ten objekt, ještě zůstává objekt dhjány a ta mysl, která k tomu objektu dhjány jde. Ale tentokrát je vědomá své přechodnosti. Ale ve dhjáně své přechodnosti si vědomá není.

A tento stav v severním buddhismu se vysvětluje jako stav vipašjany šamatha. V jižním buddhismu se vysvětluje vystoupit z dhjány, vystoupit ze šamathy a praktikovat vipassanu. Ale zkušenost je stejná. Jenom slova jsou jiná. Ale my, bytosti jsme popletení ne skutečností, ale slovy. To jsou slova, která nás pletou. Skutečnost nás neplete. Právě proto, obzvláště v bódhisattvovské praxi my zdůrazňujeme, že ve skutečnosti, v paramártě[256], ve skutečnosti žádné zašpinění neexistuje. Ta zašpinění existují jen v mysli konvenční. Ne ve skutečnosti. A cesta bódhisattvů je cesta nalaďování se na skutečnost. Ve skutečnosti žádné zašpinění mysli neexistuje. Ta zašpinění mysli jsou naše fabrikace. A v tom je právě rozdíl mezi přístupem k praxi bódhisattvů a praxi žáků. Žák nekontempluje ta zašpinění vědomí jako něco, co je naše fabrikace.

Otázka: Jak se mohu v dhjáně udržet?

---

[256] paramártha, paramattha: nejvyšší smysl, sakrální pravda vrcholného smyslu, absolutní realita, ryzí bytí absolutní pravdy na rozdíl od „zahalené“ pravdy (sanvrtisatja, sanvu-tisačča), pravdy relativní.

Tím, že praktikuji. Dostat se do dhjány, to je maličkost. Jestliže máme silnou vůli a praktikujeme nějakou dobu, to je jenom začátek. Ale setrvat ve dhjáně, no to je velká věda. My, obyčejní jogíni, my se dostaneme do dhjány, to není tak velký problém, ale v té dhjáně, jak v našem textu též je vysvětleno, v té dhjáně budeme mít stále ještě jakési *akusala vitarka*. Budeme mít nepříznivé mysle. Ale ty nepříznivé mysle, to jsem vysvětlil jasně, ty nepříznivé mysle nebudou na základě dotyků vědomí z pěti smysly, ale budou pouze a jen mentální. V dhjáně dotyk pěti smyslů zůstává v pozadí. A nikdy nevyvstává dopředu. To je specifika dhjány.

Ale mistrovství dhjány je velice těžké. Ale dosáhnout tohoto stavu, tak těžké není. A když dosáhneme jednou tohoto stavu, no tak pak ho můžeme použít k vipassaně. A tím pádem ta vipassaná půjde daleko lépe, protože je na základě jemnějšího počitku, jemnějšího vědomí. Jemnější počitek je na základě jemnějšího objektu. A jemnější objekt je na základě jemnějšího vědomí. My z hrubým vědomím jemnější objekty neuvidíme. To je stejné ve všech školách jógy.

To je všechno. Tak předáme zásluhy pro dobro všech bytostí a pro dnešek to stačí.

(14. část)

Tak my jsme u praxe metta. A jestli si dobře pamatuji, jsme u čtvrté otázky, že máme praktikovat lásku ve smyslu přátelství, jak jsme vysvětlil, opravdová láska je přátelství, protože přítel je ten, kdo chce nebo se snaží vaše dobro. To je náš přítel. A my, jakožto jogíni, bychom se měli snažit též o své dobro a o dobro druhých.

Otázka je, že člověk může mít přátelství vůči bytostem i těm, kteří mu dejme tomu nedělají zrovna dobro. Ale co se týče bytostí v pekle, ty prožívají strašná muka a mají hrozná těla, i vůči nim, oni též můžou být šťastné a já je můžu též obšťastnit tím, že budu praktikovat přátelství vůči nim. A odpověď na to je v Milindapaňha. Milindapaňha je krásný rozbor praxe metta. A v Milindapaňha se vysvětluje, že metta právě je otevření k stejnému postoji vůči těm, kteří jsou v špatném stavu existence, kteří trpí, kteří dělají věci, které se nám nelíbí. A mezi přáteli a nepřáteli metta je právě to, co ten **rozdíl** ničí. My částečně ničíme sebe tím, že ten rozdíl právě nás ničí, mezi těmi, kteří k nám jsou nakloněni a těmi, kteří nás nemají rádi.

A praktikujeme přátelství právě proto, abychom se zbavili tohoto rozdílu a otevřeli svá srdce, jak v Milindapaňha moudrý arahat Nágaséna vysvětluje, aby naše srdce bylo otevřené na všechny strany stejně. Ať už vůči pekelníkům či vůči své vlastní rodině, s otevřeným srdcem my praktikujeme přátelství vůči všem. A to je též, podle Asangy, to je vysvětlené krásně v *Bódhisattvabhúmi Jógáčárabhúmišástra*, je vlastně základ praxe bódhisattvů. Praxe bódhisattvů spočívá v tom, že vyvíjejí celý život a to je tento otevřený postoj vůči všem bytostem vlastně vyvíjíme celý život. Protože my se učíme tím, svojí neschopností tento postoj vyvíjet.

Takže se učíme celý život vyvíjet to otevřené srdce. A tomu se říká *vatsjášája.* Že máme vztah vůči všem bytostem jako k telatům. Tele, jak víme, v Indii je vlastně úkaz krásy. Krásná dívka v indické literatuře je srovnána vždy s teletem. Tele je to nejkrásnější, má krásné oči, nevinné, velké a krásnou postavu. A kromě toho kráva je v Indii je též symbol bohatství a symbole prosperity a symbol oddanosti. A lásky.

Jako bódhisattva Kšitigarbha, esence země, ten má slib, že nikdy nevstoupí do nirvány, pokud nespasí všechny bytosti v pekle. O tom jsem se zmínil naposledy. A vlastně tráví většinu svého času v pekle a učí se. Učí se čemu? Učí se otevřenému srdci.

Text píše, že bytosti v pekle též, stejně tak, jako my, vlastně co mají nejradši, to je sebe sama. Buddhaghósa ve Visuddhimagga vysvětluje, že metta, přátelství nejdříve musíme praktikovat vůči sobě, abychom otevřeli srdce vůči všem. Pokud nemáme přátelství vůči sobě, nebudeme schopní otevřít srdce vůči všem. A říká, slavná věta z Udány, ze slavnostních výroků Buddhy, to je vlastně první Udána, která říká … (Buddha říká) když jsem prošel světy ve všech deseti směrech, neviděl jsem žádnou bytost, která má něco radši než sebe sama. Srovnal jsem sám sebe s druhými a proto udělej též stejné, srovnej sám sebe s druhými a jestliže to uděláš, nebudeš nikdy schopný násilí. Jestliže máme otevřené srdce a přátelství, nebudeme nikdy schopni násilí.

Čili v Číně též i v Indii bojová umění jsou umění sebeobrany, kdy ne abych někomu ublížil, ale aby si ochraňoval druhé. A v mahájánové literatuře, oproti théravádové, tam to není, podle mahájánových džátak Buddha sám, když byl bódhisattva, před svým plným probuzením, byl na lodi s 500 kupci, kteří přenášeli bohatství přes moře. A kapitán této lodi se chtěl zmocnit jejich bohatství tím, že se jich zbaví. Už si nepamatuji jestli je chtěl otrávit nebo jak se jich chtěl zbavit. No a bódhisattva, jelikož je obzvláště senzitivní bytost, četl jeho myšlenky a zabil ho. To jako bódhisattva by neměl dělat. Ale bódhisattva ho zabil, protože tím zachránil 500 nevinných lidí, 500 životů. A tím pádem vlastně neudělal žádný hřích, ale vlastně ty lidi spasil. Takže za účelem ochrany druhých, možno i zabít v případě, že je to z přátelství a z oddanosti vůči druhým.

A to víceméně máme v tomto textu též. Text říká, že ten, kdo praktikuje právě přátelství by měl používat různé prostředky (upája), aby díky svým nadpřirozeným silám mohl sloužit a prospívat všem možným bytostem. A aby to dělal tak, že je bude chránit tělem i svojí mluvou. Bódhisattva, který praktikuje metta, to je obzvláště zdůrazňováno v dílech mahájány, by měl praktikovat tzv. čtyři prostředky ke sdružování lidí. Bódhisattva je ten, který sdružuje lidi pro dobro. Tomu se říká *sangraha bastuni*. Čatvára sangraha bastumi[257]. A ty čtyři prostředky shromažďování lidí je zaprvé dána (dávání), za druhé krásná řeč, tedy líbivá řeč, za třetí je samata, což znamená, že vidí (o tom jsme mluvili), že vidí všechny bytosti stejně. Jako telata 😊, jako něco, co je krásné ve své nejhlubší podstatě. My nejsme krásní venku, jsme oškliví, čím starší budeme, tím budeme ošklivější, ale my jsme krásní ve své podstatě. Kumáradžíva to krásně vysvětluje, i bytosti v pekle jsou vlastně krásné, protože jsou bytosti. A jelikož jsou bytosti vlastně chrání sebe před utrpením a mají radost, když se utrpení vyhnou. To nás dělá bytostmi. To znamená co: Též je zdůrazňováno ve Visuddhimagga a v Metta sutta, text v théravádové tradici recitujeme vlastně každý den – metta je aktivní přístup. To neznamená, že já budu meditovat na lásku ke všem bytostem a pak nebudu nic pro ně dělat. To je jasné, že metta je – jestliže chceme někomu prospívat, musíme se aktivizovat.

A právě proto, třeba ve Vimalakírtinirdéšasútra Vimalakírti vysvětluje, že bódhisattva je ten, kdo praktikuje bódhičittu **na základě** čtyř božských přebývání počínaje přátelstvím. Přátelství je božské přebývání. Protože bohové jsou právě ti, kteří mají pozitivní přístup k druhým. Proto se stali bohy. Oproti tomu ďáblové, ti mají též stejně jako bohové nadpřirozené síly, ale nemají pozitivní přístup k bytostem. Pozitivní přístup k bytostem je právě dán praxí čtyř božských přebývání. A když je tato praxe spojená s bódhičittou, že nerozlišujeme mezi vlastním probuzením a probuzením druhých, to je pak praxe bódhisattvů. Jiná praxe bódhisattvů není.

Čili výsledek toho je, že ten, kdo opravdu praktikuje metta, ten by se neměl jenom rozhodnout otevřít srdce všem bytostem, ale že by opravdu ve skutečnosti též měl dělat všechno, aby ty bytosti udělal šťastné. V rámci jeho možností. Samozřejmě my můžeme jenom dělat věci v rámci svých možností a pochopit svá omezení je právě též základ moudrosti. Pokud my

[257] 12:27

nechápeme svá omezení, my moudrost ve smyslu buddhismu, moudrost střední cesty, nemůžeme aplikovat.

A další, pátá otázka. Co za vlastnosti, kvality dostane ten, pozitivní kvality získává ten, který praktikuje lásku ve smyslu přátelství?

V théravádové tradici, když jsem byl théravádový mnich, my jsme často recitovali jedenáct výhod metta anusamsa. To je jedenáct výhod praxe metta. Metta anusamsa sutta v *Anguttara nikája*. … (recitace v páli). Jestliže chceme láskou ve smyslu přátelství osvobodit svoji mysl, pak bychom měli praktikovat tuto lásku usilovně, měli bychom ji obzvláště kultivovat, měli bychom ji udělat **základem** veškeré své praxe, měli bychom ji udělat svůj vůz, svou jánu. Měli bychom ji opakovaně dávat dohromady (to je důležité), stále bychom ji měli dávat dohromady, opakovat si ji. Zjišťovat jakými koncepty bychom ji měli posílit, jaké koncepty jsou příznivé k posílení naší lásky, jaké koncepty jsou nepříznivé. A jestliže tak budeme činit, získáme jedenáct výhod. Jakých jedenáct[258]? Buddha se ptá.

---

[258] Průvodní pozitiva metta uvedená v knize Buddha a jeho učení (Nárada Mahá Théra):

1. Kdo pěstuje méttá, spí šťastně. Jelikož chodí spát s nezatíženou myslí, prostou nenávisti, usíná přirozeně a rychle. Tento fakt jasně ukazují ti, kteří jsou naplněni dobrotivostí. Usínají rychle, okamžitě po zavření očí.
2. Tak, jak jde spát, s dobrotivou myslí, probouzí se se stejnou dobrotivou myslí. Dobrotiví a soucitní lidé často vstávají z postele s úsměvem na tváři.
3. Ani ve spánku dobrotiví lidé nejsou rušeni zlými sny. Jelikož jsou plni lásky během svých hodin bdění, jsou klidní i ve svých hodinách spánku. Buďto upadají do hlubokého spánku nebo mají příjemné sny.
4. Stává se lidským bytostem milý. Tak, jak miluje druhé, tak druzí milují jeho. Když se někdo podívá do zrcadla s úsměvem ve tváři, pozdraví jej podobná tvář. Jestliže se naopak podívá s tváří pokřivenou, uvidí podobný odraz. Vnější svět reaguje na jedince tímtéž způsobem, jak jedinec jedná se světem. Ten, kdo je sám plný chyb, je náchylný vidět špatnost u druhých. Dobré ignoruje. Anglický básník Bolton Hall to podal krásně: Podíval jsem se na svého bratra mikroskopem kriticismu a řekl jsem: „Jak hrubý je můj bratr!“ Podíval jsem se na něj dalekohledem pohrdání a řekl jsem: „Jak je můj bratr malý!“ Nato jsem se podíval do zrcadla pravdy a řekl jsem: „Jak je můj bratr jako já!“ Proč bychom měli vidět ošklivost u druhých, když je zlo v nejlepších z nás a dobro v nejhorších z nás? Byl by to pramen radosti pro všechny, kdybychom mohli vidět dobro, a to krásné u všech.
5. Ten, kdo pěstuje méttá, je milý i pro tvory mimo lidskou říši. Zvířata jsou k němu přitahována. Vyzařujíce svoji milující lásku žijí asketi v divokých lesích mezi dravými zvířaty, aniž by jim tato ublížila.
6. Díky své síle metta se stává imunní proti jedu atd., pokud nepodléhá nějaké neúprosné kammě. Jelikož metta je konstruktivní zdravou silou, má moc mařit nepřátelské vlivy. Tak jako nenávistné myšlenky mohou vyvolat toxické účinky v systému, právě tak milující myšlenky mohou vyvolat zdravé fyzické účinky. Uvádí se, že jakási velmi štědrá a zbožná žena jménem Suppijá, která měla ránu ve stehnu, se vyléčila, když uviděla Buddhu. Klidné vibrace myšlenek Buddhy a ženy se spojily, aby vyvolaly tento ozdravný účinek. Když Buddha navštívil své rodiště poprvé, jeho syn Ráhula, kterému bylo pouze sedm roků, k němu přistoupil a spontánně poznamenal: „Asketo, i tvůj stín mi je milý.“ Dítě bylo tak ovládnuto Buddhovou méttá, že hluboce pocítilo jeho magnetickou moc.
7. Neviditelné božské bytosti (dévatá) jej chránily díky moci jeho méttá.
8. Méttá vede k rychlé duševní koncentraci. Jelikož mysl není rušena nepřátelskými vibracemi, sjednocení lze dosáhnout snadno. S myslí v míru bude žít v nebi vlastního stvoření. I ti, kteří přijdou do styku s ním, rovněž pocítí ono štěstí.
9. Méttá vede ke zkrášlení vlastního výrazu ve tváři. Tvář zpravidla odráží stav mysli. Když se člověk rozzlobí, srdce pumpuje krev dvakrát nebo třikrát rychleji, než je normální tep. Vznětlivá krev se nahrne do tváře, která se potom zbarví do ruda či ztmavne. Občas se tvář stává na pohled odporná. Dobrotivé myšlenky naopak mysli zalahodí a krev zjasňují. Tvář potom má milý vzhled. Uvádí se, že když Buddha po osvícení přemítal o podmíněném vznikání, jeho mysl byla tak uklidněna a jeho krev tak jasná, že paprsky různého zabarvení, jako modré, žluté, červené, bílé, oranžové a jejich směs, vyzařovaly z jeho těla.

Půjdeme spát šťastní a vstaneme šťastní. Nebudeme mít žádné špatné sny. Všechny naše sny budou jen dobré, příznivé sny. Veškerá božstva nás budou ochraňovat. Protože jim právě je tato pozitivní láska ve smyslu přátelství to nejbližší. Neublíží nám (totéž je psáno v textu té sútry, která musí též existovat v sanskrtu a v čínštině) ani oheň, ani jed (myslete na covid), ani zbraň ho nezraní. Jeho mysl se okamžitě může koncentrovat. Čili praxe metta je obzvláště příznivá ke kultivaci koncentrace, protože když je srdce otevřené samo přirozeně se bude koncentrovat. Jeho tvář bude zářit. Prožije smrt v plném vědomí.

A jestliže nedosáhne to nejvyšší, to znamená nirvánu, pak šup nahoru do nebíčka. Proto ve všech vlastně skutečných náboženstvích láska je ten nejrychlejší způsob, jak se dostat nahoru. Proto láska je bílá a nenávist je černá. A láska je opak nenávisti. K tomu přijdeme v tomto textu. Ten vysvětluje též, jako Visuddhimagga, že metta není separátní, speciální, mentální faktor. Metta prostě znamená **nepřítomnost** hněvu. To je metta. Jestliže nemáme v sobě přítomnost hněvu, láska zvítězila. Jestliže v sobě máme přítomnost hněvu, i dobře schovanou, láska ještě nezvítězila. A proto se musíme zkoumat. Máme ještě zbytky hněvu, nemáme ještě zbytky hněvu. Když mám ještě zbytky hněvu, mám se mnoho co učit. Jestliže v sobě u žádné zbytky hněvu nemám, tak budu ten nejlepší samuraj. Tento text vysvětluje, že ten, kdo praktikuje tuto otevřenou mysl, že pět druhů nepříznivé řeči, které jsou zde vyjmenovány – to znamená lži, to znamená hrubá řeč, to znamená řeč, která není na místě, to znamená pomluvy a to znamená zbytečné povídání, bez jakéhokoliv smyslu. Všechny tyto druhy řeči nás nebudou ovlivňovat. Teď jsme jimi ovlivněni, protože v sobě ještě máme ty zbytky nevole. Zbavit se zbytků nevole je opravdu těžké. To dokáže jen vysoce realizovaná duchovní bytost. Ať už žák či bódhisattva.

V buddhistické tradici, to je důležité, praxe metta je spojovaná s *aranásamádhi*[259]. *Rana* znamená v sanskrtu bitva, *arana* je bez bitvy, bez konfliktu. Samádhi bez bitvy, samádhi bez konfliktu. Kdo z žáků Buddhy byl ten nejschopnější v tomto samádhi? Subhúti. Podle komentářů nikdy nepřijal žádnou *dánu*[260], pokud nejdříve nevstoupil do samádhi metta. To byla jeho praxe až do smrti. A jemu právě, podle tradice severního buddhismu vlastně Buddha svěřil učení transcendentální moudrosti, které on též vysvětluje druhým žákům. Jako Ánandovi, Šáriputrovi.

A co znamená to *aranásamádhi*? - Nebudeme nikoho pomlouvat, nebudeme nikoho zmenšovat, nebudeme též nikoho zvětšovat. A aniž bychom někoho zmenšovali, aniž bychom

---

10. Člověk prostoupený méttá umírá klidně, jelikož nechová žádné myšlenky nenávisti vůči nikomu. Dokonce i po smrti jeho vyrovnaná tvář odráží jeho klidnou smrt.
11. Jelikož jedinec s méttá umírá šťastně, bude příště zrozen v blaženém stavu. Jestliže dosáhl pohroužení (džhán), bude zrozen v říši Brahmy.

[259] Aranásamádhi: „koncentrace zabraňující tomu, aby vám někdo ublížil“ podle Mahápradžňápáramitášástra z 2. století (28. kap.) – Aranásamádhi je tedy koncentrace, která brání tomu, aby vám někdo ublížil. Má pět úrovní, kámadhátu a čtyři dhjány“.

[260] Dána: dar, almužna.

někoho zvětšovali, tak my **nebudeme ulpívat** na řeči, kterou my obyčejné bytosti používáme ke komunikaci. Prostě budeme nad ulpíváním, nad slovy.

Vlastně většina z nás, my neulpíváme na realitě, protože ji neznáme, my ulpíváme na slovech, kterými realitu interpretujeme. A proto máme bitvu. Vnitřní bitvu a vnější bitvu. A aranásamádhi, samádhi metta je to samádhi, kdy my ani uvnitř, ani venku žádnou bitvu, žádné konflikty nevidíme. A to je též samádhi, které praktikoval Buddha. Proto on přišel, jak písmo v rozpravě Buddhy líčí, on přišel do vesnice bráhmanů, v Indii bráhmani byli často nepřátelští vůči asketům, indická tradice jsou vlastně dvě tradice, tradice kněží a tradice asketů. A tyto dvě tradice se navzájem neměli moc rády. Asketi neoceňovali rituál a bráhmani neoceňovali asketismus. Ale Buddha vstoupil do vesnice bráhmanů, kteří ho nazývali plešatým, pejorativně, vyhublým a plešatým a celá vesnice se obrátila na buddhismus. Protože on nereagoval. Já se vám nelíbím, to je vaše věc. To není moje věc. A jelikož bráhmani byli v Indii lidé, kteří měli vzdělání a vzdělání bylo hodně na základe véd, které jsou vlastně duchovní vědy, tak vlastně všechny tak ovlivnil, že se převrátila celá vesnice na buddhismus. Protože jim dal příklad toho, co vlastně je též učené ve védách, že moudrost překonává všechny překážky.

A další aspekt, který je též naznačen zde, že praxe lásky, ve smyslu přátelství je **neodličitelná**[261], v sobě nutně musí zahrnovat praxi *kšánti*, praxi tolerance, praxi odevzdání. Jestliže my nemáme odevzdanost, jestliže nemáme toleranci, tak vlastně nejsme schopni otevřít srdce na všechny strany. Proto, jak píše Visuddhimagga, právě v tom úseku, který vysvětluje praxi metta, … není nic, žádná síla větší než síla kšánti. Síla tolerance, síla odevzdání. Všichni. Kteří uspěli v cestě, všichni, kteří dosáhli plného probuzení, dosáhli plného probuzení díky právě této síle oddanosti, síle tolerance. A tolerance zahrnuje to, že tolerujeme nepříjemné pocity, tolerujeme bolest, tolerujeme ponižování, tolerujeme to, co se nám nelíbí a tolerujeme to s myslí, která je rovnoměrná.

Mluvili jsme o čtyřech sangraha vastuni, čtyřech silách, které pomáhají k sdružování bytostí. Poslední sílu, o té jsme se nezmínili a ta poslední síla je *dána*, dávání, líbivá řeč, potom jednota nebo stejnost a *arthakrija* – činnost pro dobro druhých. Činnost pro dobro druhých s postojem stejnosti vůči bytostem s líbivou řečí a dáváním. Protože dáváním my si bytosti přibližujeme. A my všichni chceme brát, málo z nás chce dávat. Protože dávání je něco, co nás připravuje o to, co je nám drahé. Ale jestliže praktikujeme mettu, jestliže praktikujeme lásku ve smyslu přátelství, to co je právě nejdražší, to je ta schopnost dělat něco dobrého pro druhé. To je to nejdražší. Kdo tuto schopnost má, ten získává všechno, jak to Šántidéva vysvětluje, získává všechno bez úsilí. My, abychom něco získali, potřebujeme úsilí, protože tu schopnost nemáme.

Tak další otázka je: Takové jsou vlastnosti lásky ve smyslu přátelství a co je přátelství jako takové ve smyslu mentálního faktoru? Ve smyslu, co to je sám o sobě?

Sám o sobě, to znamená vlastní charakteristika metta. Buddhismus, jestliže se učíme vipassanu, vipassana je analýza naší zkušenosti ve smyslu poznání toho, co naši zkušenost tvoří

---

[261] ? neodlučitelná? 34:10

na základě vlastních kvalit nebo vlastních vlastností toho, co tvoří obsah naší zkušenosti a společných vlastností. Toho, co tvoří obsah naší zkušenosti. A Kumáradžíva se ptá, co je vlastní vlastnost toho, co tvoří lásku ve smyslu přátelství. A je to tedy, o tom už jsem se zmínil, schopnost nemít v sobě nepřátelství.

Jestliže se dostaneme do Indie, nebo dostanete se do Indie, nenechte si utéct návštěvu muzea jógy v Madurai, kde máte fotografie ruského fotografa z dvacátých let, Kozlov, jestli si dobře pamatuji, ten zjistil, že dá fotografovat aura jogínů. Já nevím, jak to udělal. A tam najdete vlastně fotografie aury, kterou vidí jogíni kolem různých bytostí.

To je také v čínské medicíně, každý náš pocit má jistou barvu, která také navazuje na různé orgány. A barva lásky ve smyslu přátelství, to znamená v naší civilizaci láska, my jsme hodně omezeni v naší senzitivitě. Staří Řekové měli daleko vyvinutější senzitivitu než máme my. My si myslíme, že jsme progresivní, ale co se týče senzitivity, tak staří Řekové by nás považovali za ty největší primitivy. Ve staré řečtině, já ji sice neumím, ale dozvěděl jsem se, že je mnoho různých slov pro lásku. Erós – to je sexuální láska, to je též dobrá věc, ale omezená. A vždy není arana – není bez zápasu. Není bez konfliktu. Senzuální láska bez konfliktu je něco, co těžko najdeme. Ale existuje láska bez konfliktu a tu nazývali Řekové agapé. Agapé je duchovní láska. To znamená, že my milujeme, ale nic nechceme. My většinou, když milujeme, no tak něco chceme. Ale agapé to je vlastně ta vyšší láska. A my pro tu vyšší lásku ani nemáme žádné slovo. Všechno dáváme do jedné krabice.

Ale senzuální láska má konflikty. Agapé žádné konflikty nemá. Metta je právě to, je právě ta neschopnost zloby. Metta je neschopnost zloby. Zloba je vysvětlena v Abhidharmě jako to, co pumpuje černý jed z našeho srdce do žil. A láska je, co vlastně pumpuje tu světlou krev. To je sice jednoduché, v medicíně to asi tak není, protože když stárneme, tak ta krev bude tmavší. To je běžný proces. Ale duchovně je srdce vlastně centrum duchovna, centrum ostatních orgánů, srdce řídí ostatní orgány, to je v holistické medicíně základ. A srdce tím pádem buď čistí krev anebo dává do krve zašpinění. Čistí krev jestliže máme lásku, dává tmavou barvu krvi, jestliže lásku nemáme.

Čili to, co nám dává delší život, prodlužuje život, to je právě ta schopnost nemít v sobě nenávist, nemít v sobě zlobu. Schopnost nemít v sobě zlobu je to nejlepší na prodloužení života.

Teď text vysvětluje, že láska je spojená s karmou. Karma znamená čin. A je to něco, co vyvstává společně s karmou. Máme též mentální karmu. Mentální karma, to je důležité poznat, jestliže studujeme buddhismus, je to, co ovládá karmu na základě činění tělesného a činění řečí. Karma má tři aspekty, činění myslí, činění řečí a činění tělem. A činění tělem a činění řečí má svůj kořen v činění duchem. A to nejsvětlejší činění duchem je činění s postojem bez zloby. To čistí bytost.

Jak už jsme se dozvěděli na začátku, podle Kumáradžívy a to nemá od sebe, to též najdeme v Abhidharmakóša, nejlepší praxe lásky je ve čtvrté dhjáně. A čtvrtá dhjána má jaký počitek?

Ani štěstí, ani utrpení. Ani příjemný, ani nepříjemný - neutrální počitek. Neutrální počitek je ten nejklidnější počitek. Ale není ten nejklidnější počitek v běžné mysli, normálně, jestliže nemáme ani štěstí, ani příjemný, ani nepříjemný počitek, co se stane? Hledáme nějaký počitek. Nejsme spokojeni. Ale ve čtvrté dhjáně není otevření pro nějaké hledání, protože mysl je v nehybném stavu. O tom jsme mluvili, co se týče čtvrté dhjány.

A čtvrtá dhjána též, o tom jsme mluvili, je třetí vysvobození. Ve stupni osmi vysvobození, které by měl každý, kdo chce dosáhnout probuzení, obzvláště probuzení ve smyslu žáků, praktikovat. První probuzení je, že objekt dhjány je uvnitř. Druhé probuzení, že objekt dhjány je venku a to jsou většinou praxe asubha, o tom jsme se zmínili, těch nelíbivých objektů. Můžeme je použít v praxi dhjány tím, že se soustředíme na různé orgány uvnitř anebo na mrtvoly venku. A pak, třetí osvobození je osvobození samádhi na krásný objekt. K tomu se dostaneme též. My můžeme přeměnit ten hnusný objekt v krásný objekt. A krásný objekt opět v hnusný objekt. Protože krása a hnus je něco subjektivního. Neexistuje objektivní krása a objektivní hnus. Co je pro nás hnusné, to pro jiné bytosti je obydlí, nebo to nejkrásnější, tím se živí. Co pro nás je krásné, to pro jiné je hnusné. To, co pro nás je nejkrásnější, třeba sex, no tak to pro bohy je to nejhnusnější. To je prostě jenom utrpení. Třít jedno tělo o druhé, co je na tom za krásu?

Čili krásné a nekrásné je relativní. Ale my to nerelativizujeme, my to bereme jako něco daného. A z toho vychází též naše libost a nelibost. My máme v sobě libost a nelibost díky tomuto hlubokému zvyku. Tento zvyk se nedá tak rychle odstranit.

A praxe metta by právě měla sloužit k odstranění tohoto zvyku, který je založen na *miččhá-ditthi*, na nesprávném názoru. Podle Chuej-jüan[262], zakladatele, vlastně nejdůležitějšího zakladatele v Číně buddhismu Čisté země. Vlastně celá mahájána je buddhismus Čisté země, ale není sektární, oddělená sekta, v Číně ovšem ano. Původně to tak nebylo. No tak Chuej-jüan vidí praxi metta a praxi soucitu, které bychom měli dojít (dneska už asi ne, příště) jako praxi která odstraňuje nesprávný názor. Praxí lásky jako přátelství a soucitu my **odstraňujeme** nesprávný názor. A praxí radosti a odpoutání odstraňujeme chtíč. Tak se to učí v mahájánové tradici.

V théravádové tradici obvykle se učí, že praxí metta odstraňujeme nelibost. Ale nelibost je nesprávný názor. A nesprávný názor podle buddhismu, to je důležité pochopit, má svůj kořen právě ve chtíči. Ale abychom se zbavili chtíče, musíme první mít správný názor 😊. Čili je to vlastně, jedná se o to samé. My máme nesprávný názor, protože máme chtíč. A protože máme chtíč, nemůžeme se radovat skutečnou radostí, to znamená radostí z dobra a nemůžeme se odpojit sami od sebe natož od ostatních.

[262] Chuej-jüan [Huiyuan], 334—416, významný čínský mnich; žák Tao-ana. Zakladatel kultu Amitábhy a Společnosti bílého lotosu (čínsky Paj-lien-še), 1. patriarcha školy Čisté země. Více viz Slovník

Čili ten nejjemnější příjemný pocit je ten pocit perfektní koncentrace, která není spojena ani s libostí, ani s nelibostí. Není v ní místo ani pro libost, ani pro nelibost. To je ten nejjemnější a nejklidnější pocit.

Teď text též vysvětluje, že objekt praxe metta je nejprve *ákára*, což znamená mentální obraz. Nejprve musíme mít mentální obraz jasný, abychom se mohli koncentrovat. Ale potom, teď navazuje asi nechtěně, protože to má v sobě na mahájánové učení, nejprve to bude mentální obraz, obraz bytosti, to je též mentální obraz a pak to bude dharma sama. Mluvili jsme o tom, že podle Sútry transcendentální moudrosti[263], což je základ učení bódhisattvů, praxe božských přebývání, počínaje láskou ve smyslu přátelství, objekt nejsou pouze bytosti, objekt jsou bytosti, jsou fenomény, protože bychom měli stejně tak jako máme lásku k bytostem, měli bychom mít lásku k všemu, co bytosti tvoří. K světu, na kterém bytosti jsou závislé. Protože bez světa by žádné bytosti nemohli být. A nakonec dharma. Dharma není dharma dokud není spojená s pozitivem, s láskou. Dharma bez lásky je dharma *rákšasa*, dharma ďábla.

Teď důležité je, abychom pochopili severní buddhismus, Kumáradžíva je jeho představitelem, že automaticky spojuje praxi metta s praxí *karuná*. Praxi lásky s praxí soucitu. Láska je soucit, soucit je láska. Ovšem když praktikujeme džhánu, tak abychom se dostali do džhány metta, musíme kontemplovat bytosti jako šťastné. Abychom se dostali džhány soucitu, musíme kontemplovat bytosti, jako bytosti trpící. Ale metta je, jak už bylo řečeno, není pasivní myšlenka, metta je aktivní přístup k veškeré naší činnosti. Je spojená s karmou, je neoddělitelná s karmou a vyvstává z karmy. Protože mentální karma je základem všech karem. A právě proto je vlastně striktně řečeno, za účelem dhjány, získání dhjány, můžeme oddělit dhjánu metta a dhjánu soucitu. Ale ve své podstatě jsou od sebe neoddělitelné. Protože díky dharmě, která je neoddělitelná od lásky a soucitu, my těm lidem, protože máme lásku, těm lidem kteří trpí my z přátelství pomáháme.

Pro dnešek bychom měli skončit s metta. Tak poslední otázka. Jak praktikujeme *metta*?

A teď jelikož ti, co poslouchají, jsou žáci, jejichž úkolem je získat probuzení žáků, no tak je oslovuje jako žáky. Že by měli kontemplovat, že žili z milodarů a Buddha učil, že ten, kdo žije z milodarů je oprávněn přijímat milodary, i když není ještě probuzen za předpokladu, že praktikuje metta. Jestliže praktikuje *metta* k bytostem, pomáhá všem bytostem, proto je hoden milodaru. Proto je hoden *dány*. A jelikož praktikuje *metta*, tak si může zachovat klidnou mysl i uprostřed neklidu. To je velikost *metta*. Ten, kdo má otevřenou mysl si zachová klid. Ten, kdo mysl uzavírá díky fixním představám toho, co je příjemné a toho, co je nepříjemné, tak toho i maličkosti mohou vyvést z míry.

A teď, jak jsme viděli, praxe metta může mít plno různých způsobů. A podle textu zde, meditují, to jsme o tom mluvili na začátku, od samého počátku, jako když začínáme v první době Buddhy, v době Kumáradžívy, když dělali oheň, tak třeli o sebe, až vznikla jiskra, k tomu dali nějakou slámu nebo suchou trávu, ta se zapálila, tak do toho dali víc trávy a udělali z toho

---

[263] Pradžňápáramitásútra.

ohýnek. Pak do toho začali dávat dřevo, první třísky, pak čím dál tím větší kusy dřeva. A nakonec celé klády. Stejným způsobem meditující, podle návodu Kumáradžívy by měl praktikovat. První na někom blízkém, pak na vzdálenějším a pak by měl roztáhnout svou schopnost otevřít srdce na všechny strany, pro všechny bytosti. A i vlastně pro všechno, co bytosti tvoří a co jim dává schopnost zůstat naživu.

A důležité je, což je též vysvětleno například v *Madhjántavibhága*[264], že praxe v metta je to, co posiluje sedm faktorů probuzení[265]. Počínaje sati, uvědomělé pozornosti, úsilí atd. až do odpojení samádhi, všechno toto jsou faktory probuzení, které metta posiluje. A aby tomu tak bylo, potřebujeme právě tu toleranci, potřebujeme mít radost, abychom viděli radost v druhých, musíme najít radost v sobě. A v mahájáně se spojuje, jak ukazuje *Sútrálamkára*[266], praxe metta se schopností, to je též *Madhjántavibhága*, … prodlévat ve štěstí tady a teď, v tomto okamžiku. Jestliže otevřeme srdce a zavřeme pro nelibost, prodléváme ve štěstí zde, v tomto okamžiku. Ať už máme samádhi nebo nemáme samádhi, budeme prodlévat ve štěstí, jestliže uzavřeme mysl nelibosti.

A v mahájáně je důležité, že praxe metta též napojuje vědomí, napojuje mysl na praxi *nirvikalpasamádhi*, na samádhi nebo koncentrace bez fabrikace. My v mysli nic nefabrikujeme a otevíráme ji. Otevíráme ji pro všechny zkušenosti. Pro cokoli, ať se děje, se děje pro naše dobro a pro dobro všech. To je, co vysvětluje Asanga v *Sútrálamkára*, to je otevření metta pro dharmu, pro to nejvyšší. A dharma je neoddělitelná od lásky a soucitu. Proto praxe lásky ve smyslu přátelství je **základ** pro praxi bódhičitty. Bez metta, bez lásky ve smyslu přátelství bódhičitta mysl na kolektivní probuzení nedává vůbec žádný smysl. To dává smysl vůči přátelství. Protože vůči přátelství my chceme odstranit utrpení. A jestliže chceme odstranit utrpení, neopustíme bytosti, protože naše bytost a všechny ostatní bytosti je jeden celek. To se nedá rozlišit.

Dneska jsme toho napovídali dost, tak zůstaneme tady a příští týden se pustíme do soucitu, který krásně na lásku ve smyslu přátelství navazuje. A dá se říci, je to nezbytné pokračování, jestliže chápeme praxi metta, praxe soucitu je nezbytné pokračování praxe metta. Protože, jak théraváda vysvětluje, severní buddhismus vysvětluje, praxe metta je aktivní postoj vůči našemu činění. Aktivní, pozitivní postoj. Tento aktivní, pozitivní postoj je základ probuzené činnosti. Ať už věříme v probuzení arahatů či v probuzení pratjéka buddhy, buddhy pro sebe či probuzení plně, kolektivně probuzeného buddhu, který nerozlišuje mezi sebou a všemi bytostmi, jedná se o stejnou záležitost. Bez pozitivního přístupu k našemu činění, obzvláště činění myslí, které je počátkem všeho činění, vlastně žádná pozitivita nemůže existovat. A bez

[264] Madhjántavibhága (Rozlišení mezi středem a krajnostmi), jako autor se uvádí Maitréjanátha. a více viz Slovník

[265] boždžhanga: ‚člen probuzení' (či ‚faktor probuzení'). Sedm členů probuzení (satta-samboždžhanga) tvoří: sati, rozeznávání jevů (dhamma-vičaja-samboždžhanga), energie (úsilí, vůle) (virijasamboždžhanga; virija, padhána), nadšení (radost) (píti-samboždžhanga), klid (passaddhi-samboždžhanga), soustředění (samádhi-samboždžhanga) a vyrovnanost (upekkhá-samboždžhanga). Více viz Slovník

[266] Mahájána Sútrálamkára kāriká. Významné dílo buddhistické filosofie připisované Maitréjanáthovi, jak bylo nadiktováno Asangovi. Více viz Slovník

pozitivity nemůže existovat probuzení. Takové probuzení není probuzením, je něčím, co se v podstatě probuzení příčí.

A tím skončíme a budeme se věnovat chvilku otázkám, jestli nějaké jsou.

> Otázka: Říkal jste, že podle Kumáradžívy je nejvhodnější čtvrtá džhána pro praxi milující laskavosti, přátelskosti, přátelství. Tak jak je to v souladu s Visuddhimaggou, podle niž lze metta rozvinout jen do třetí džhány? Ve čtvrté džháně se už musí přestoupit na vyrovnanost.

Ale metta je krásný objekt a krásný objekt je objektem čistého vimukti, čistého osvobození. A my praktikujeme čisté osvobození na základě čtvrté dhjány. A čisté osvobození je osvobození pomocí krásného objektu. Líbivého objektu. Jestliže máme čtvrtou dhjánu, tak praktikujeme kasiny. Praxe kasin je k tomu, abychom získali v sobě schopnost malý mentální obraz rozšířit na všechny strany, aby obsahoval celé univerzum, ať už je to barva, třeba rudá barva, bílá barva. Zase si scvrkneme podlé své potřeby. A metta je též, abychom tento pocit přátelství vůči bytostem rozšířili na všechny strany do nekonečnosti. Rozdíl je, že v praxi kasiny pracujeme s jednou nerozlišenou barvou a můžeme s ní pracovat uvnitř, dejme tomu krev, vezmeme si rudou krev jako objekt, že se díváme se dovnitř. A pak tu krev můžeme roztáhnout na všechny strany a pohltí všechny horizonty, veškerou naši zkušenost. Ta krev bude krásná krev, září jako rubín. A tuto schopnost, jestliže ji máme, můžeme přesně též použít v praxi metta. A to je schopnost, která je založená vlastně na čtvrté dhjáně. Ty kasiny praktikujeme ve čtvrté dhjáně. A ty umožňují právě, že jeden mentální obraz můžeme rozšířit na všechny strany a zase scvrknout na minimum. Ale nevýhoda toho je, že ten mentální obraz barvy je jednotný. Čili není spojen s nirvikalpa dhjána, s nerozlišující moudrostí. Nerozlišující moudrost je moudrost bez hranic, apramána[267]. A moudrost bez hranic je vidět nekonečno v hranicích a vidět hranice v nekonečnosti. To je nekonečná moudrost. Která je jedině umožněná tím, že žijeme v dimenzi transcendentální moudrosti.

A praxe metta je praxe přibližování, obzvláště v mahájáně se to tak vysvětluje, k transcendentální moudrosti. Protože v transcendentální moudrosti vlastně vidíme nekonečnost v rámci omezení. V omezení vidíme nekonečnost.

Jsme přesvědčeni? Dává to smysl?

---

[267] apramána odkazuje na „čtyři nezměrnosti“ podle Mahápradžňápáramitá šástry (32. kap.). Třetí třída doplňkových dharem doporučená Pradžňápáramitou pro bódhisattvy se skládá ze čtyř nezměrností (apramána):
1. milující laskavost (maitrí nebo maitrá)
2. soucit (karuna)
3. radost (mudita)
4. vyrovnanost (upekša)

Jsou to čtyři nezměrnosti (apramána), čtyři osvobození mysli (četovimukti) nebo čtyři příbytky Brahmy (brahmavihára). Tento poslední termín je nejčastější v postkanonických sanskrtských textech a v mahájánových sútrách a šástrách. https://www.wisdomlib.org/definition/apramana

Otázka: V těch textech se často uvádí, že nejlepší je praktikovat tato božská … ve čtvrté džháně. A moje otázka je, vy jste zmiňoval, že i pro dobře praktikujícího jogína, první džhána je úspěch, natož kdyby měl mistrovství v první džháně. Není to v žádné kolizi, že bychom praktikovali buď kasina nebo samozřejmě metta bez toho, aniž bychom měli přístupové samádhi nebo džhánu? Jsou to všechno vhodné objekty i bez toho, že nemá člověk rozvinuté tak hluboké soustředění? A vede to k tomu, aby to tak dopadlo?

Praxe první džhány je záležitost dlouhého úsilí, protože my nemáme zvyk jednobodové koncentrace. Ale jednou, když dosáhneme první džhány, no tak pak dosažení čtvrté džhány není tak velký problém. To je maličkost. Protože pouze změníme kontemplaci. Ale už ta jednobodovost tam je a ta jednobodovost je základ. To jsme vysvětlili, bez toho základu to nejde. Ta jednobodovost umožní, že když ji kultivujeme, že splyneme s objektem. Jednou, když jsme splynuli s objektem, tak pak už se dostat do druhé, třetí, čtvrté dhjány není velký problém.

Ovšem v ní zůstat a v ní si být vědom veškerých výhod těch vyšších sfér dhjány, to není tak lehké. Protože jak text také jasně vysvětluje, v naší džháně my stále budeme mít ty tendence k zašpinění. A ty můžeš jít jenom, to jsme vysvětlili, do vyšších sfér, jestliže máš čistou dhjánu. Bez zašpinění. Ale v našem případě ta čistá dhjána **nebude** mít dlouhého trvání. No ale jestliže ji dosáhneme a to není tak těžké, tak můžeme jít výš. Můžeme si být vědomi těch rušivých faktorů. Jestliže ty rušivé faktory se nám objeví v jasnosti v mysli, no tak to je to nejlehčí jít z první dhjány do druhé, z druhé do třetí a z třetí do čtvrté. Ale je to pouze za předpokladu, že jsme trénovali tu jednobodovost mysli. Ta jednobodovost mysli natrénovat, to není tak lehké.

Obzvláště pro nás, produkty moderního školství a moderní civilizace. Ve staré Indii schopnost koncentrace byla nezbytná část vzdělání. Protože transmise od učitele k žákovi byla ústí. Védy též. Oni se museli učit nazpaměť. Za starých časů židi se též učili nazpaměť bibli. To nebylo, že si to četli. To se dneska tak děje. To byla vlastně ústní tradice a oni se to učili od učitele. A vlastně původní náboženství je ústní tradice. A když se začali používat knížky, tak se používali jenom k tomu, aby si dál cvičili paměť. Proto v Indii filosofie je psána ve verších, aby si to dobře pamatovali. Protože verše si dobře pamatujeme. I Abhidharma, ta psychologie, všechno základní písmo je psáno ve verších. A k tomu jsou pak komentáře. Proto v Indii též filosof se řekne kavi, což znamená básník. Když neumíš básnit, tak jaký jsi filosof? Co to máš za moudrost?

Tak to je velice důležitý aspekt té koncentrace. A ten aspekt byl absolutně zanedbán ve školství. V moderním školství. V naší době, ještě já si pamatuji v šedesátých letech jsme se museli učit nazpaměť plno věcí. Každý znal alespoň Máchův Máj atd. Museli jsme to znát nazpaměť. Erbena jsme se učili nazpaměť. A dneska už ani tohle není. Nic. A pak chceš na těch mladých, který stráví většinu času u počítačů, aby měli schopnost koncentrace – nemají! Musí kultivovat.

A schopnost koncentrace ve starých civilizacích, ať už čínská, židovská, arabská i křesťanská – to byl základ. Oni se museli učit nazpaměť. Já jsem trochu k tomu načichnul ještě když jsem byl student v Nálandě, tak jsem měl tradičního učitele na Abhidharmu. Udžágara z Barmy. Já jsem se od něho učil *Abhidhammattha-sangaha*[268] od *Anuruddhy*, to mi pak bylo k dobru v Barmě, když jsme se dostal do tradice Abhidharmy. Nikdy by mi nevysvětlil nic, pokud jsem se ty verše nenaučil nazpaměť. První jsem se musel naučit nazpaměť a pak mě vysvětloval. To je tradiční systém, který ještě existuje v Barmě a v Tibetu.

V ostatních zemích vlastně ten systém už prakticky zmizel. A byl vytlačen moderním školstvím. Neučí se nazpaměť nebo jen minimálně. Ale to učení nazpaměť, to není hloupost. To podporuje schopnost koncentrace. A bez té schopnosti koncentrace ta mysl je jiná. Těžko proniká do objektu kontemplace. A mysl, aby pochopila objekty koncentrace musí do nich proniknout. A to pronikne jedině tehdy, když se na ně plně může koncentrovat. Proto základ poslouchání, to je vysvětleno jasně v théravádě, v mahájáně též, základ poslouchání je koncentrace. A dříve školství bylo poslouchání. Pak přišli knihy. Buddhistické písmo bylo sepsáno, ať už théravádové nebo v severním buddhismu, pět set let po smrti Buddhy. Pět set let to byla ústní tradice jenom. A potom, když to bylo sepsáno, v některých dílech se též tvrdí, že začíná po pěti stech letech období dekadence. Už si to nepamatuji.

A tak těch, kteří dosahují osvobození, Buddha tvrdí, že osvobození je plavání na druhý břeh a můžeme plavat jedině, když to plavání přirovnává k džháně, když mámě džhánu. Ale džhána, to neznamená jen čtvrtá džhána, to znamená i přístupová džhána. Ta koncentrace je nutnost. A nedá se přes ni přeskočit. A koncentrace je ve starých kulturách vlastně základ školství. Co se chceš učit, když nemáš koncentraci? Když si to nezapamatuješ? Ta koncentrace je důležitá. A dnešní době my absolutně nejsme v tomu vedeni, tak musíme vést sami sebe k tomu. Protože ta naše společnost nás ke koncentraci nevede. Naopak nás vede k rozptylování. A to je situace, která na dlouhé lokty povede k čím dál tím většímu zmatku ve školství a ve všem.

Příště jdeme na soucit, ta část je velice krátká, ale přitom je to z hlediska praxe, jak text sám říká, z hlediska praxe bódhisattvů vlastně ta praxe nejdůležitější. Protože bódhisattva se stává bódhisattvou díky velkému soucitu. Arahat má též soucit, bez soucitu nemůže být probuzení, ale nemá velký soucit. To je aspoň tvrzení, které najdeme v dílech vysvětlujících cestu bódhisattvů. To je možná jednostranné, ale tak se to vysvětluje.

[268] Abhidhammattha-sangaha: Kompendium věcí obsažené v Abhidhammě, pálijská příručka nebo kompendium o Abhidhammě théravádové tradice. Napsal ji šrílanský mnich Áčárja Anuruddha. Více viz Slovník

(15. část)

Pokud si dobře pamatuji, tak jsme prakticky, ale ne úplně, skončili s metta, podle textu. Ovšem je poslední odstavec, kterému jsem se nevěnoval a ten je též důležitý. A ten vysvětluje, že je šestnáct různých praxí, které napomáhají samádhi metta. To je velice důležité, obzvláště když promyslíme, že pozitivní přístup a metta je vlastně nic jiného než pozitivní přístup k sobě i k druhým, je základ zdraví jak duševního, tak i tělesného. Pokud nemáme přátelství vůči sobě a vůči druhým, my nemůžeme mít hluboký stav přátelství vůči druhým, jestliže **nevyvineme** snahu přijmout sebe. Přijmout sebe, to je přátelství vůči sobě. Proto, vysvětlili jsme, že v théravádové tradici na základě Visuddhimagga vlastně praxe metta začíná rozvíjením přátelství vůči sobě. A to je specifika théravádového přístupu, kterou nenajdeme jasně vyjádřenou v mahájánových textech, ale ten podtón tam najdeme, v mahájánových textech též. Obzvláště jestli studujeme mahájánové texty, zvláště Avatansakasútra[269], tam praxe metta má vlastně deset aspektů. A mezi těmi deseti aspekty je též vlastně nerozlišování mezi sebou a druhými v praxi pozitivity.

A Buddha vysvětluje tento přístup krásným veršem z Udána[270], překládá se jako Slavnostní výroky Buddhy, první Udána říká… Když jsem prošel deseti směry, nepoznal jsem nikoho, kdo nemá rád sebe sama. A tak jelikož každý má nejvíce rád sebe sama, každý nejprve se stará o sebe samotného, aby se mohl starat o druhé, když člověk srovná sebe s druhými nebude schopen násilí.

Základem jak pozitivního přístupu k sobě, tak i pozitivního přístupu k druhým je vlastně nenásilí. A dnes se dostáváme k soucitu. Soucit je vysvětlován jakožto ahinsa, jako nenásilí. Metta ve Visuddhimagga je vysvětlována jakožto absence nenávisti a soucit je vysvětlován jako nenásilí. Jelikož máme nenásilí, proto nechceme nikomu ubližovat, naopak chceme být prospěšní.

Teď důležité je, já už jsem se o tom zmínil, že v mahájánovém buddhismu, u Nágárdžuny, najdeme to též vlastně u všech důležitých mistrů čínského buddhismu, že vysvětlujeme metta a karuna, přátelství a soucit účelem praxe přátelství a soucitu. Podle Nágárdžuny je zbavit se nesprávného názoru. To je důležité, protože jdeme na soucit teď. A účelem praxe radosti a odpoutávání je opuštění tanha – opuštění chtíče.

Zmínil jsem se o tom, že podle principu Visuddhimaggy, láska jakožto přátelství je opak nenávisti. Ale tento opak nenávisti bude mít kontinuitu jedině za předpokladu, že zbavíme

[269] Buddhávatansakasútra, (celým názvem Mahávaipuljabuddhávatansakasútra), zkr. *Avatansakasútra*, sanskrt (čínsky Ta-fang-kuang-fo-chua-jen-ťing, zkr. Chua-jen-ťing, jap. Kegon kjó) dosl.: „Sútra o Buddhově girlandě“; mahájánová sútra, která tvoří základ učení čínské školy Chua-jen (a jejího japonského protějšku, školy Kegon), jež zdůrazňuje „vzájemné neomezené pronikání“ všech jevů. Kromě toho učí, že lidský duch je vesmír sám a je identický s Buddhou, dokonce, že Buddha, duch a všechny bytosti a věci jsou jedno a totéž. Na tento aspekt mahájánového učení kladl důraz zejména čínský čchan (japonsky zen), proto je Avatansakasútra zde také často citována. Více viz Slovník

[270] Khuddakanikája 2.5.3. - krátké sútry (sutty) zakončené výrokem Buddhy, většinou ve verši. Je jich 80 v osmi oddílech po deseti.

lásku v podobě přátelství chtíče. Čili chtíč je vysvětlován jakožto blízký nepřítel, ve Visuddhimagga, který těžko vidíme a nenávist jakožto vzdálený nepřítel přátelství ve smyslu skutečné lásky, neb skutečná láska je **péče** o druhé. To je skutečná láska. A tato láska se tedy nazývá přátelstvím. Protože přátelství je péče o druhé. A my praktikujeme takové přátelství za předpokladu, že máme pozitivní přístup k sobě. Jestliže nemáme, nepřijmeme sebe i se svými slabostmi. My vždycky se nezbavíme vlastně nepřátelského postoje vůči druhým ve smyslu toho, co se nám nelíbí.

Kamalašíla[271] říká v traktátu Rozvíjení bódhičitta, že pokud nedosáhneme perfekce v lásce, budeme se radovat z utrpení našich nepřátel. A ten, kdo se raduje z utrpení nepřátel, nemůže být bódhisattva.

A teď v teď v textu vidíme těch šestnáct praktik. Co jsou to za praktiky? Vlastně jsou to praktiky, které jsou podstatou mahájánových praktik, praktik bódhisattvy. To znamená, aby uspěla praxe metta, musíme kontemplovat podle Kumáradžívy *upája* a *pradžňa*. Musíme kontemplovat prostředky a moudrost. Pozitivní přístup nemůže uspět, jestliže nekontemplujeme prostředky a moudrost. To znamená, že díky pozitivnímu přístupu metta, který meditující vyvíjí praxí metta (samádhi metta) pak dělá, jak Nágardžuna vysvětluje (v traktátu Vyvstání bódhičitty) na základě metta bódhisattva praktikuje činy pro dobro druhých. Jestliže nemá metta, jestliže nemá lásku ve smyslu přátelství, jestliže nechce mít, rozvíjet v sobě schopnost *hita asaja* - což jsme přeložili jakožto tendenci být prospěšný, nemůže dělat bódhisattvovské činy, nemůže dělat probuzené činy. Dělá probuzené činy **protože** v sobě vyvíjí tuto schopnost pozitivity.

Visuddhimagga též vysvětluje, stejně jako Kumáradžíva tady, že ten, kdo praktikuje metta, tato praxe povede k, co jsme říkali jedenáct výhod praxe metta, povede k izolaci (vivéka) těla a mysli. Izolace těla a mysli je praxe samádhi. Nic jiného. První musíme, jak jsme se zmínili, odpojit od objektu pěti smyslů, pak se odpojíme od jiných objektů kromě těch objektů, které podporují naši schopnost jednobodovosti. Čili pozitivismus, ve smyslu schopnosti prospívat sobě i druhým vede ke koncentraci. To vysvětluje jasně Visuddhimagga též. Ten, kdo tento pozitivní přístup nemá, nachází to obzvláště těžké vyvinout hlubokou koncentraci. Přesně to vysvětluje též Visuddhimagga.

A pak základní schopnosti zdravého života jsou též spojené s pozitivním přístupem. To znamená kontrolovat to, čemu se říká *bhodžanemátraňňutá* (najdete ve Visuddhimagga), to znamená každý by měl vědět kolik potravy potřebuje k tomu, aby zdravě žil a nepřejídat se. To je též vlastně pozitivní přístup k sobě i druhým. Nidrá-jóga[272] – znamená jóga spánku. To

[271] Kamalašíla žil v 8. století; žák Sántarakšitův, k jehož spisu přičinil komentář Tattvasangrahapaňdžika, Komentář k Souboru podstat. Také zastával názor, že všechny věci a jevy jsou řetězce okamžikových bytí. „Jen tímto jediným zásadním výrokem“, (píše v tomto komentáři, „bychom jednou ranou (ékapraháréna) mohli vyvrátit (pojmy) boha, duše, věčné hmoty a spoustu (jiných scestných) představ našich protivníků.“ (V. Miltner: Malá encyklopedie buddhismu).

[272] Jóganidrá – „jógický spánek“. Více viz Slovník

znamená, že spíme jenom tolik, kolik opravdu potřebujeme, abychom mohli žít životem, který prospívá nám i druhým.

Dále, což je důležité, že praxí pozitivního přístupu k sobě i druhým, text vysvětluje, *naše irijá patha*[273] - znamená pozice těla. Naše pozice těla zestabilní. Čili my se stáváme, pozitivním přístupem k sobě i druhým, rozvinutím přání být prospěšný sobě i druhým, my tím získáváme též stabilní pozici těla. Protože nikdy si nebudeme prospívat, ani nebudeme prospívat druhým, jestliže budeme mrzáci. Čili základ zdraví, jak duševního, tak i tělesného, je též rozvíjení pozitivního přístupu k sobě i druhým. A začíná to čím? Začíná to přijetím sebe samého, tak jak jsme. Tady se začíná. Protože my pro sebe si přejeme dobré a to nejlepší je tělesné i duševní zdraví a tím, že praktikujeme brahmaviháry, nejlepší přebývání mysli, to není nic jiného, než rozvíjení *samatha* – rozvíjení postoje, který nerozlišuje mezi vlastním prospěchem a prospěchem druhých. Tento postoj je základ duševního i tělesného zdraví. To vysvětluje jižní tradice, to vysvětluje i severní tradice. A to je velice důležité pro pochopení meditační praxe, jakožto vyvíjení pozitivity.

Buddhismus stále mluví o utrpení nestálosti, ale i k tomuto utrpení nestálosti je nutné, jestliže jsme buddhisté, je nutné vyvíjet pozitivní přístup. Mahájánová Nirvána sútra tvrdí, že poznání pravdy strasti je poznání nestrasti. Co to znamená se vlastně dozvíme v příštích stanicích, v rozvíjení soucitu a v rozvíjení radosti. Znamená to nic jiného, než nejprve musíme poznat opravdovou mysl a pak, na základě brahmavihár, na základě těch nejlepších přebývání mysli, rozvíjíme stejnou mysl.

A co je opravdová mysl? To je důležité pochopit. Opravdová mysl je mysl, která je schopná vidět, že veškeré fenomény, veškeré objekty vlastně pochází z mysli. A právě proto mysl je schopná přijmout vše, přijmout vše, jako jednotu. Nikde jinde jednotu nemůžeme najít. A jestliže najdeme jednotu v mysli, nacházíme moudrost. To vysvětluje též Abhidharmasamuččaja[274]. Abhidharmasamuččaja tvrdí, že praxe šamathy je čittamátrata[275] – poznání, že kromě mysli samotné nic skutečně nemůže existovat. Všechno, co existuje je založené na mysli samotné. A pak vipašjana, to znamená analýza mysli samotné je šamatha. Analýza takovosti, tathatá, je vipašjana. A to člověk chápe na základě hluboké praxe čtyř božských přebývání, díky kterým přestává rozlišovat mezi sebou a druhými. A praktikuje stejnost, samatha.

[273] irijá-patha: ‚tělesné pozice‘, tj. chůze, stání, sezení a ležení. V Satipatthána-suttě jsou meditačním předmětem a podkladem pro rozvíjení sati. Více viz Slovník
[274] Abhidharmasamuččaja: Souhrn scholastiky, jeden ze zásadních spisů Asangových.
[275] Čittamátra: doslovně „jen mysl"; názor, že ve vesmíru není nic jiného než mysl, a že hmota, věci a jevy existují jen v myšlenkách. Je to základní koncepce Lankávatárasútry. (V. Miltner: Malá encyklopedie buddhismu).

Kumárádžíva

Soucit je rozjímání o utrpení všech cítících bytostí, o utrpení v pekle, mezi hladovými duchy, mezi zvířaty a o utrpení mučení, zabíjení, hladu, chladu a nemocí ve světě. Po uchopení těchto obrazů utrpení se soucit v mysli bude zvětšovat, až člověk uvidí, že trpí i všichni šťastní lidé.

Otázka: Jak se může štěstí stát utrpením?

Odpověď: Štěstí je pomíjivé a člověk se jím nemůže uspokojit, protože se rodí z příčin a podmínek. Je utrpením, protože okamžitě vzniká a zaniká a nikdy netrvá. Navíc bohové říše touhy prožívají štěstí bez rozlišování jako šílenci nebo opilci a uvědomí si to až v okamžiku své smrti. Bytosti v oblasti jemných forem a v beztvarých oblastech, jejichž mysl je připoutána k příchuti hlubokého soustředění, dostávají na konci svého života opět novou existenci v souladu s příčinami a podmínkami své výsledné karmy.

Jaké štěstí tedy čeká všechny vnímající bytosti? Pekla a tři nižší stavy existence jsou jejich starými [důvěrně známými] příbytky, zatímco pobyt mezi bohy a lidmi je náhodný a přináší jen dočasnou úlevu. Z těchto důvodů Buddha hlásá pouze pravdu o utrpení, pravda o štěstí neexistuje. Proto všechny bytosti bez výjimky trpí[276]. Všechny bytosti, které neznají skutečnost utrpení, lze politovat. Dávají vzniknout myšlence na štěstí, zatímco jsou chyceny v mentálním převrácení [vidění utrpení jako štěstí]. Bytosti v tomto i příštím životě zakoušejí nejrůznější starosti a trápení, aniž by vystřízlivěly (zbavily se iluzí). Když se jim dostane dočasné úlevy od utrpení, opět hledají štěstí a přitom dělají nejrůznější věci, které vedou k utrpení. Když člověk takto uvažuje a představí si všechny cítící bytosti prožívající utrpení, je to mysl soucitu. Pokud jde o další významy soucitu, lze se obrátit na výklady o čtyřech nezměrných příbytcích v mahájánových traktátech[277].

---

[276] Viz například A.K. kap. 6 verš 3 diskuse , Dwaraka Sastri, 876-885.

[277] Srov. např. výklad o tom, že soucit v mahájáně je základem všech buddhadharem v Kamalášílově Bhávanakramě, vyd. Gjalcän Namdol Vyšší tibetská studia In. Sarnath, 1997, 196-200. Viz například; 大智度論, 卷 20; třicet dva druhů soucitu roste, aby se stalo velkým soucitem [mahákaruna] buddhů a bódhisattvů. Soucit je kořenem všech Buddhových ctností, je matkou transcendentální moudrosti. V mahájánových písmech počínaje sútrou Velké transcendentální moudrosti jsou uvedeny předměty čtyř nezměrností ; bytosti, dharma a předmět bez touhy [apranihita].

Bhante Dhammadípa

A teď se dostáváme k soucitu. V čínské tradici obzvláště, ale tendence k tomu už najdeme v Džátakách, v komentářích k Džátakám. Čínský buddhismus obzvláště i čínský jazyk vlastně nerozlišuje mezi láskou a soucitem. Dává tomu jedno slovo. To je též v našem textu. A jestliže si všimnete, tak tento text vlastně to rozlišení mezi soucitem a láskou je obzvláště mlhavé. Oni jsou neoddělitelné. Ovšem přesto, to vysvětluje též Kumáradžíva jasně, jestliže meditujeme metta, pak náš úmysl je kontemplovat schopnost štěstí k sobě i druhým. Touto kontemplací pak poznáváme druhé ve smyslu potenciálu štěstí. Meditovat soucit, o soucitu, je meditace o utrpení, o strasti.

Ovšem jaké strasti? Skutečná strast je strast nestálosti. No a nestálost, uvidíme to Kumáradžíva obzvláště zdůrazňuje, nestálost je něco, co vlastně nikde pevně nestojí. Je něco, co nemá pevné charakteristiky, pevné vlastnosti. A to, co skutečně existuje, musí být něco, co má pevné vlastnosti. Ale přechodnost žádné pevné vlastnosti nemá. Proto Nágardžuna, stejně tak jako mahájánové sútry tvrdí, že velký soucit, který je základ praxe bódhičitty, bez velkého soucitu nikdy bódhičitta nevyvstane a praxe bódhičitty nemůže uspět. Soucit je matkou bódhičitty, je matkou probuzené mysli.

Co je probuzená mysl? Probuzená mysl je mysl o tom, že individuální osvobození nemůže existovat jako takové. Protože mysl, vlastnost mysli je na základě nerozlišení, schopnosti nerozlišovat, schopnost přijmout všechny fenomény. Všechny myšlenky. Mysl, to najdeme též v Agamách, je jako moře a myšlenky jsou jako vlny. Moře a vlny se ode sebe nedají oddělit. A to je skutečná vlastnost mysli. Mysl je moře, ve kterém vyvstávají vlny v podobě myšlenek, v podobě objektů. Protože myšlenky jsou objekty. Bez myšlenek žádného objektu se nechytí. My se chytáme objektu, protože máme myšlenky o objektech.

Proto *Nágardžuna* tvrdí, stejně tak jako mahájánové sútry, že právě soucit, zvláště velký soucit, vyvstává na základě pochopení *anatta*[278], na základě pochopení nejáství nejenom osob, ale všech jevů. Pochopení nejáství všech jevů je základ velkého soucitu. Bez pochopení nejáství všech jevů my budeme mít soucit. Ale nebude to velký soucit, *mahákaruná*. A Kumáradžíva, ačkoli zde, v tomto textu učí očividně i ty, kteří aspirují na stav arahata, žáky, vlastně ve smyslu *pradžňápáramity*, ve smyslu transcendentální moudrosti on vede žáky k rozvíjení velkého soucitu a bódhičitty.

A jak to dělá? Na základě poznání nejáství, což je základ všech buddhistů, veškeré buddhistické filosofie. Jedině nejáství je plně objektivní. Přechodnost všech jevů je částečná, protože nepatří nirváně, nepatří nejvyšší pravdě. *Nágardžuna* vysvětluje, že naše zašpinění vědomí existují jen a pouze v pravdě konvenční. V *paramártha*, v nejvyšší pravdě žádné zašpinění vědomí, žádné poskvrnění vědomí neexistuje. To existuje jen v pravdě konvenční. A právě proto, co je závěr? Pravdu konvenční a pravda nejvyšší nemůžeme oddělit. V nejvyšším smyslu

[278] anátman (sanskrt nebo v páli anattá: ne-já, bezpodstatnost, jeden ze tří znaků všeho bytí (trilakšana). Více viz Slovník

pravda konvenční je to, co zakrývá pravdu nejvyšší. A pravda nejvyšší je jedna, je takovost. A z hlediska takovosti nirvána a samsára se nedají oddělit. To je přesně transcendentální moudrost. Nic jiného transcendentální moudrost není. Pravda konvenční a pravda nejvyšší se od sebe nedají oddělit. Ten, kdo odděluje, je ten, jehož pravda nejvyšší je právě **zakryta** tou pravdou konvenční.

A teď se podíváme na to, jak text samotný tyto principy vysvětluje. Text vysvětluje přesně tak jako najdeme ve Visuddhimagga, že praxe soucitu je kontemplace strasti vše bytostí. Všechny bytosti se nachází ve stavu strasti. A tato strast je obzvláště jasná, jestliže kontemplujeme nižní stavy existence. Ve Visuddhimagga pouze praxe metta začíná kontemplací pozitivního přístupu vůči sobě. Čili začíná kontemplací sebe jakožto bytosti, která má potenciál štěstí. Všechny ostatní brahmavihára, božská přebývání, začínají praxí druhé bytosti. Soucit – trpící bytosti, očividně trpící bytosti. Radost – očividně radostné bytosti, která si užívá. A odpojení, upekša – kontemplací střední bytosti, která si ani neužívá, ani očividně netrpí, čili neutrální bytosti.

A my nemůžeme začít meditaci na soucit tím, že kontemplujeme sebe. Z toho by vzniklo co? Z toho by vzniklo politování nad sebou samým. Politování nad sebou samým není pozitivní přístup. Právě proto, jak Visuddhimagga vysvětluje, blízký nepřítel soucitu, která lehce objevíme, je násilí. Jestliže nemáme soucit, budeme násilní. Ale ten blízký nepřítel soucitu, který jasně nevidíme, to je právě sebelítost. A sebelítost vede k zašpinění soucitu. Ten, kdo má soucit, skutečný soucit, nebude mít lítost vůči sobě.

Ovšem my jsme bytosti slabé. I podle krásné pověsti, obzvláště populární v Tibetu, i velký buddha, bódhisattva Avalókitéšvara, vtělení soucitu, nemohl přijmout nekonečná utrpení, když kontemploval nás, bytosti ve světě a v oku se mu objevila slza. A jelikož Avalókitéšvara není nikdo jiný než buddha sám, jelikož dosáhl buddhovství před nekonečnými kalpami, ale ze soucitu s bytostmi neosvobozenými zůstává v samsáře, což je ideál bódhisattvovství. Právě svými neskutečnými nadpřirozenými silami proměnil tuto slzu v Táru. A Tára je bohyně soucitu, nejkrásnější bytost, která existuje, stvořená ze slzy Avalókitéšvary. A v tibetské tradici je dokonce ještě více uctívaná snad než Avalókitéšvara sám. Protože nás vlastně k tomu, co známe, přibližuje, k čistému lidskému soucitu.

A když poznáme, jak už jsem se zmínil, že jednotu samsáry i nirvány, pak jak Nágardžuna vysvětluje, poznáme též, že důvod a důsledek (*hetu phala*) může se objevit současně. A objeví se současně. Objeví se současně v samádhi. V jakém samádhi? Samádhi takovosti.

A text zdůrazňuje, v kontemplaci soucitu meditující bude schopen rozpoznat strast i ve šťastných bytostech. Čili si bude vědom toho, co vysvětluje text dále, že proč Buddha neučil pravdu štěstí, Buddha učil pravdu strasti. Proč? Protože skutečná strast není nic jiného než strast přechodnosti. To je strast jakožto pravda nejvyšší. Ostatní výjevy strasti, které vidíme, jsou pouze a jen pravda konvenční. Proto štěstí je třeba vnímat jako něco přechodného, co vyvstává na základě důvodů a příčin a něco, co vyvstává na základ důvodů a příčin a podle severní tradice, v tom je rozdíl v té jižní tradici, Abhidharmakóša též vysvětluje, že vyvstává na

základě důvodů a příčin, ale ustává, mizí spontánně. To je důležité. Visuddhimagga vysvětluje, že vše vyvstává a zaniká na základě důvodů a příčin. Severní tradice - už Vaibhášika, potom Nágárdžuna - to dále rozvíjí, vyvstává na základě důvodů a příčin, ale zaniká spontánně.

A jaký je vývod? Z hlediska nejvyšší pravdy nic skutečně nevyvstane. Jestliže poznáme vyvstávání jako něco, co existuje v pravdě konvenční, ale ne v pravdě nejvyšší, nu pak i smrt můžeme kontemplovat jako něco neskutečného. A to je vlastně základ přístupu k meditaci na základě transcendentální moudrosti. Jak vyvstávání, tak i zanikání sice existují, ale existují pouze z hlediska pravdy konvenční. V pravdě nejvyšší jsou iluzorní, jsou *májá*[279]. A my, jakožto bytosti fungujeme na základě májá, protože z hlediska buddhismu my, jakožto bytosti, jsme též iluzorní. A jestliže jsme iluzorní, jakožto bytosti z hlediska pravdy nejvyšší, jak můžeme skutečně vzniknout a zaniknout? Pak tvrdit, že samsára a nirvána jsou od sebe odlišné, je vlastně nesprávný názor. Z hlediska transcendentální moudrosti, ne z hlediska pravdy konvenční.

Árjadéva[280] v Čatuhšataka[281] vysvětluje, že příliš štěstí vede k utrpení, ale ne naopak. Příliš utrpení nikdy nemůže vést ke štěstí. A to je důkaz čeho? To je důkaz toho, že v praxi bódhičitta, v praxi transcendentální moudrosti můžeme jedině uspět, jestliže kontemplujeme, jak Nágardžuna vysvětluje v komentáři v Transcendentální moudrosti, všechny dharmy z hlediska stejnosti, všechny bytosti z hlediska stejnosti, vše, co nutno udělat z hlediska stejnosti a buddhovství jakožto skutečnou podstatu všech bytostí, též z hlediska stejnosti. Jestliže takto kontemplujeme, kontemplujeme bódhičittu.

Takže jedině moudrost, jak už jsme se bavili, vlastně může bytosti zachránit. Hluboká koncentrace je pouze, jak vysvětluje též jižní buddhismus, je prostředek, který brány moudrosti otevírá, ale **jen moudrost** přináší čistotu, která trvá. To je přesně to, co též vysvětluje jižní buddhismus.

A poslední věta v tomto odstavci je důležitá, takže i ty nejšťastnější bytosti, v těch nejvyšších stavech v nebi, i když žijí nekonečné kalpy, žijí nekonečné kalpy na základě důvodů a příčin. A text vysvětluje z jakých důvodů a příčin. Na základě jejich *vipáka*[282], jejich karmy. Ale jaké karmy? Ne aktivní karmy, ale výsledkové karmy. Vipáka je karma, výsledek. Tato karma-výsledek není ani špatná, ani dobrá, je nedefinována. Nedá se definovat jako dobrá, nedá se definovat jako špatná. A co je, podle buddhismu, to je důležité pochopit, jasně vysvětleno též ve Visuddhimagga, co je důvodem vipáka? Co je důvodem rezultativní karmy? *Védaná* –

---

[279] májá: neustále se měnící, nestálý fenomenální svět projevů a forem, „iluze" či „klam", jejž neosvícený duch pokládá za jedinou skutečnost. Více viz Slovník

[280] Árjadéva žák Nágárdžuny a autor různých kratších spisů, jež jsou přiřazovány ke škole mádhjamiků. Více viz Slovník

[281] Čatuhšataka („Čtyřstovka") vysvětluje ve 400 strofách s pomocí negativní dialektiky učení o bezpodstatnosti (anátman, šúnjatá).

[282] vipáka: dosl.: „zrání, plod"; v učení o karmě se pod pojmem vipáka rozumí nazrávání „plodu" (phala), určitého činu. Pokud je plod zralý, projevují se nějakým způsobem na svém původci. K uzrání plodů může dojít v tomto životě, ale také až v příštím anebo některém pozdějším znovuzrození. Považuje se za pozitivní, když špatný čin dosáhne zralosti ještě v průběhu současného života. (Lexikon východní moudrosti).

počitek. Na základě počitku my se přerozujeme, protože počitek řídí mysl. Jakou mysl: Přechodnou mysl. Teď z hlediska pravdy absolutní, právě v rezultativní karmě, podle které se rodíme, příčina a důsledek přichází společně. V jedné mysli. To vysvětluje též Abhidharmakóša.

A Kumáradžíva dále vysvětluje, že ne všechny bytosti z hlediska pravdy konvenční jsou šťastné, ale všechny bytosti z hlediska pravdy konvenční, trpí. Čili stav utrpení, stav strasti, strasti nestálosti je skutečný. Stav štěstí, z hlediska i pravdy konvenční vlastně skutečný není. Proto Abhidharmakóša vysvětluje… cokoli, jakýkoliv počitek je utrpení. Velká diskuze v Abhidharmakóša jestli skutečně i příjemný počitek je utrpení. Příjemný počitek existuje, ale je utrpení, protože je přechodný. Ale zase je utrpení z hlediska pravdy konvenční, ale ta pravda konvenční utrpení je skutečnější než pravda konvenční štěstí. A pravdě konvenční existují i různé skutečnosti. A některé skutečnosti jsou skutečnější a některé skutečnosti jsou méně skutečné. Skutečnost štěstí je méně skutečná, než skutečnost strasti, jelikož strast trvá, pokud přechodnost trvá. Stav štěstí trvá, ale je přechodný.

Takže text vykládá, že ti, kteří nepoznávají realitu strasti jsou právě ti, vůči kterým bychom měli vyvíjet soucit. To je praxe velkého soucitu. Praxe velkého soucitu je kontemplace těch, kteří jsou ve stavu strasti a nejsou si toho vědomi jako kontemplace těch, které jsou bytosti strastihodné. Ti, které jsou ve stavu strasti a jsou si toho vědomí, to jsou bytosti moudré. Ty bytosti. Které jsou ve stavu strasti a nejsou si toho vědomé, to jsou bytosti politováníhodné. To říká text, to říká Kumáradžíva.

Takže proč jsou politování hodné? Protože oni se nemůžou vyhnout strasti, všichni máme nemoci, všichni se rodíme, všichni umíráme. Přestože oni mají různé strasti i různé strasti naprosto světské, jako přítomnost těch, kteří nemají rádi odloučení od těch, které rádi mají atd. To jsou prosté, konvenční strasti, které každý z nás zažil a zažívat bude. A jestliže tyto strasti nás nevedou k rozčarování se stavem přechodnosti, právě proto jsme bytosti politováníhodné. Ti, kteří tyto stavy strasti vedou k rozčarování se stavem přechodnosti se samsárou, to jsou bytosti moudré.

Takže závěr jasný. Kontemplace soucitu je poznání všech bytostí, tak jako jsme měli kontemplace metta je poznání potenciálu štěstí ve všech bytostech, kontemplace soucitu je **poznání** skutečnosti strasti ve všech bytostech. A teď jelikož, jak už jsme se zmínili ti, kteří Kumáradžívův projev zde naslouchají, jsou žáci, proto Kumáradžíva nechce rozvíjet dále hluboké myšlenky o bódhisattvovské praxi, proto říká, že ostatní významy praxe soucitu, které se vztahují i k praxi čtyř božských přebývání možno nalistovat v mahájánové literatuře. On se sám nezmiňuje, ale on je překladatelem právě mahájánové literatury.

Praxe soucitné radosti

Kumáradžíva

Pokud jde o praxi soucitné radosti [mudita], praktikující si je vědom skutečné charakteristiky všech jevů. Vidí bytosti mající štěstí, které trpí a vidí bytosti, které jsou šťastné v neštěstí. Takto všechny dharmy nemají žádnou pevnou charakteristiku, ale vznikají na základě síly mysli[283]. Protože jevy nemají žádnou pevnou charakteristiku, není dosažení nepřekonatelného probuzení[284] tak obtížným úkolem k dosažení, nemluvě o ostatních (nižších) stezkách. Protože tyto [realizace] lze dosáhnout podle přání[285], bude mysl radostná.

Meditující dále rozjímá tímto způsobem: "Od té doby, co jsem dodržoval několik přikázání a vynaložil určité úsilí, mé touhy zmizely a já jsem mohl dosáhnout všech nezměrných dobrých vlastností soustředění dhjány". Když medituje o těchto dobrých vlastnostech, jeho mysl vyvolává radost srovnatelnou s radostí obchodníka, který vlastní několik kusů zboží a prodává je se stonásobným nebo tisícinásobným ziskem.

Dále praktikující medituje o těchto výhodách Dharmy jako o výsledcích Buddhovy milosti. Buddha nepochybně dosáhl cesty a vysvětlil ji ostatním. Pokud budou praktikovat v souladu s jeho učením, dosáhnou stejných výhod. Pokud v té době rozjímá o tělech buddhů v deseti směrech, zlaté barvy, ozdobených všemi základními a druhotnými vlastnostmi, obdařených deseti silami a dalšími nezměrnými ctnostmi těla Dharmy, a takto rozjímá o buddhech, dává vzniknout radosti ve svém srdci.

Meditující navíc může vyvolat radost [meditací] nad Buddhovým učením, které je nejvyšší mezi devadesáti šesti druhy nauk[286], schopné uhasit veškeré utrpení a dovést k věčnému štěstí. A dále může meditující vyvolat radost při rozlišování tří druhů Buddhova učení; nezměrných a věčných vlastností nirvány, které jsou konečné a nezničitelné[287], použití k nirváně, jež je osmidílnou ušlechtilou, a dvanácti oddílů Buddhova učení odhalujících a zjevujících osmidílnou stezku.

Kromě toho je takzvaný řád Buddhových žáků nejvyšší mezi všemi společenstvími. Je schopen poznat pravé vlastnosti Dharmy, praktikuje pravou cestu a jako správní lidé se vyhýbá všem

---

[283] 大智度論。75. kapitola; Moudrost žáků [šrávaků] nestačí k tomu, aby viděli mysl jako takovou [bhútakoti, tathata].

[284] Anuttarasamjaksanbodhi. 大智度論, 卷 76; Bódhisattvové praktikují čtyři nezměrnosti, aby dosáhli všech dokonalostí [páramity].

[285] Srovnejte např. Šántidévovu Bódhičárjavataru 1. kap., 6-8. verš s Paňdžikovým komentářem, vyd. Dwarika Sastri Varanasí 2001, 8-9.

[286] Viz 96 heterodoxních učení v Indii. Fo Guan Da Zi Dian, sv. 1, 126.

[287] 大智度論, 卷 27；Žáci, kteří praktikují čtyři nezměrnosti, nemohou dát vzniknout přátelskosti atd., bez opuštění vnímání cítících bytostí, pokud jde o bódhisattvy, praktikují je kvůli udržení stavu nevyvstávání všech fenoménů [anutpattidharmakšánti 無生法忍].

zlým skutkům. Praktikující se tedy zamyslí a řekne si: "Už jsem součástí tohoto řádu a moji opravdoví společníci mi mohou být prospěšní". Tato okolnost ho přiměje k radosti. Pokud si meditující předsevzal, že všechny cítící bytosti se mají podílet na radosti, skutečně je všechny uvidí radovat se, když úspěšně dosáhne síly koncentrace.

Bhante Dhammadípa

A teď můžeme začít s muditá. Ještě o čem se třeba zmínit, že bódhisattva, jsou dva druhy bódhisattvů. Bódhisattva, který bezprostředně poznal, přímou zkušeností stav takovosti, tomu se říká *bhúmi bódhisattva*, stejně tak jako žák, který bezprostředně poznal nirvánu se stává ten, kdo vstoupil do proudu. Nutně pozná, dříve nebo později, stav nirvány jako jediný skutečný stav. Stejně tak bódhisattva, který bezprostředně poznal stav takovosti, dříve nebo později (většinou je to později), protože bódhisattva je ten, který se nachází též v bezčasových prostorech, proto mu nezáleží tolik na čase. Nemá kam spěchat. Protože ta realita, kterou se chce stát, je jediná skutečná realita. Jiná realita není.

A právě proto, to je důležité k tomu pochopení toho, co následuje, právě proto bódhisattva, jestliže praktikuje na základě transcendentální moudrosti se nemůže zbavit *mána*. *Mána* je vlastně pýcha. Ale vysvětlili jsme, že … *mána* je představa skutečné existence nějakého já, které je vyšší nebo nižší nebo stejně dobré nebo které prostě existuje. A bódhisattva se této *mány* nezbaví. Jestliže se zbaví této *mány*, tak bude kontemplovat pět agregátů existence a jejich, jak už jsem se zmínil, jejich přechodnost jako něco skutečného. A pak samozřejmě se stane žákem. Jestliže bódhisattva se zbaví *mána* kontemplace sebe jakožto něčeho skutečného, co má něco dosáhnout, musíme se kontemplovat jako něco skutečné, abychom se kontemplovali jako něco, co chce něco dosáhnout, protože neskutečné nemůže nic dosáhnout. A kontemplovat se jako skutečný je *mána*. A *mána* vzniká v buddhistické filosofii pocit sebe jako něco, co existuje, ať už v dobrém smyslu či špatném smyslu, jakémkoliv smyslu, jako něco skutečného, jako něco čím je možno něco dosáhnout. Tak vlastně nemůžeme zůstat ve stavu učení. Stav učení je stav bódhisattvů. Bódhisattva je ten, který se učí v každé situaci, v každém okamžiku. V každém okamžiku je něco, co se dá naučit, protože zdroj všeho je mysl. A mysl není skutečná.

Právě proto bódhisattva nemůže opustit *mána*, nemůže opustit myšlenku na svabháva, na vlastní existenci něčeho, zde tedy mysli. Kdyby ji opustil, tak by opustil svoji jasnou představu o tom, že pět agregátů je vlastně něco, co iluzorně vyvstalo, a co iluzorně i zaniká. Právě proto, že bódhisattva si nejvíce váží poznání skutečnosti, jakožto iluzornosti všech jevů, právě proto, paradoxně nemůže opustit *mána*. Nemůže opustit pocit svého vědomí jako něco skutečného. Něco, co je základem všech jevů.

A tímto vlastně lépe pochopíme vysvětlení o radosti, neb jak text, tím vlastně začíná, kontemplace radosti nevysvětluje tento text, tak jako ve Visuddhimagga, na základě kontemplace bytosti, která vlastně ztotožňuje to, co chceme, to, co chceme být, ať už je to duševně nebo tělesně nebo i majetkově. Cokoliv. My se radujeme z toho, co druhý získá. To je, jak je vysvětlená praxe radosti ve Visuddhimagga. Nejprve se radujeme z předností neboli ctností bytosti, která má to, co my si přejeme. Pak to aplikujeme, stejně tak jako mettá a karuna k bytostem, které máme rádi, k neutrálním bytostem, k bytostem, které nám jsou nesympatické. Všechny bytosti. Vlastně my se radujeme z jejich dosažení.

A text začíná tím, vlastně transcendentální moudrostí, základem transcendentální moudrosti je, že skutečný stav je stav nedosažení. Veškeré dosažení je iluzorní. A tím, že kontemplujeme stav nedosažení, my se radujeme z nekonečných ctností, které patří stavu nedosažení, stavu rovnosti.

A jak se to vysvětluje a jak se to praktikuje, vysvětlíme příští týden. Pro tento týden by to stačilo. Když nejsou žádné otázky, tak jako vždy předáme zásluhy pro dobro všech bytostí. A pro dnešek ukončíme výklad.

Praxe vyrovnanosti

Kumáradžíva

Když meditující trochu zleniví nebo se unaví, měl by si na chvíli odpočinout a rozjímat pouze o vnímajících bytostech s jednou vlastností, aniž by věnoval pozornost jejich utrpení nebo štěstí. Radost je jako malé dítě, je-li stále rozmazlováno, je poblázněné, nevázané a rozmazlené. Pokud často prožívá utrpení, bude úzkostné, ustrašené, slabé a vyhublé. Proto by se člověk měl někdy zbavit jak lásky, tak nelibosti. Takový je i meditující. Pokud stále praktikuje jen přátelskost a účastnou radost, stane se díky nadměrné radosti a štěstí nedbalým. Bude-li stále praktikovat soucit, vznikne u něj starost a roztrpčení kvůli tomu, že bude [příliš] myslet na utrpení. Proto by měl praktikovat vyrovnanost, aby nedovolil těmto nedostatkům utrpení a štěstí vzniknout[288].

Jak vysvětluje písmo: "Praxe přátelskosti ukončí a vyhladí nenávist a odpor[289]. Praxe soucitu ukončí trápení vnímajících bytostí. Praxe radosti ukončí a vyhladí úzkost a starosti. Praxe vyrovnanosti ukončí a vyhladí odpor a připoutanost[290]." Teprve když (meditující) rozjímá o vnímajících bytostech jako o osvobozených, může používat (kterékoli ze čtyř příbytků), jak si přeje, stejně jako při rozjímání o lese člověk nevidí stromy. Nebo lidé ve světě si opatřují teplo, když je jim zima, a ochlazení, když je jim horko[291]. Štěstí je, když člověk získává potřeby v souladu se svými přáními. Radost je, když člověk získá postavení, bohatství nebo se těší ze zpěvu, tance a žertování. Starosti a nelibost jsou, když člověk o všechny tyto věci přijde. Vyrovnanost je, když tyto tři věci nejsou přítomny.

Takový je i meditující, který má čtyři bezmezná myšlení. Když sám zakouší štěstí, rozhodne se podělit se o něj se všemi vnímajícími bytostmi, takže jeho poddajná mysl skutečně vidí, jak toto štěstí získávají všechny bytosti. Nebo rozjímá o charakteristikách štěstí vznešených na nebi a na zemi a věnuje pozornost jejich štěstí, rozhodne se podělit se o ně se všemi vnímajícími bytostmi, takže jeho poddajná mysl vidí, jak toto štěstí získávají všechny bytosti. [Nebo] když praktikuje přátelskost, v jeho mysli se rodí velká radost a on se rozhodne rozdávat ji všem bytostem. Nebo když vzniká ze samádhi, uctívá Buddhu, dharmu a sanghu, chválí je a přináší jim oběti. A tak dosahuje radosti a rozhodne se ji rozdat všem bytostem, věnuje pozornost vnější radosti a rozhodne se ji rozdat všem bytostem.

[288] Srovnej V. M. Nanamoli tr.: 342-3. 大智度論， 卷 20； Praktikováním vyrovnanosti člověk opouští předchozí tři druhy mysli a pozoruje vnímající bytosti, které nejsou vystaveny štěstí ani utrpení.

[289] D.N. 3:240, citováno v V.M. tr.: 345.

[290] 大智度論，卷 20；“Bódhisattva praktikuje přátelskost, aby opustil hněv u všech bytostí; soucit, soucítění, aby opustil zlou vůli [惱]; radost, aby opustil znuděnost [arati 不悅], a vyrovnanost, aby opustil připoutanost a odpor u všech vnímajících bytostí."

[291] Viz XiuXingDaoDiJing. tr. Hu Fa (Dharmapala) 6. kap., Fo To Jioyu Zhong Xin, Gaoxiung, 66.

Meditující by si měl občas všímat vlastních neduhů a utrpení stáří, nemocí, starostí, trápení, hladu, chladu a úzkosti a přát si, aby se všechny cítící bytosti tohoto utrpení a trápení zbavily. Přemýšlí o tom: "Jsem schopen rozlišit a změřit toto utrpení a tyto nepříjemnosti, a přesto je má mysl snese. Vnímající bytosti však nemají moudrost, aby všechno toto utrpení snesly. Jak mohou dosáhnout osvobození od trápení?" a vzbuzuje soucit. Meditující navíc může vidět lidi venku, jak podstupují trest, například popravu nebo bičování, nebo slyší popisy utrpení a zlých osudů v sútře. Věnuje těmto obrazům pozornost a uvažuje o nich všech jako o spravedlivém utrpení, čímž vyvolává soucit. Pokud jde o toho, kdo praktikuje vyrovnanost, sám se vzdává zášti a připoutanosti a také rozjímá o všech bytostech bez sympatií a antipatií a vnímá je tak, že neprožívají ani příjemné, ani nepříjemné pocity. S tímto vnímáním skutečně spatří všechny vnímající bytosti, které neprožívají ani příjemné, ani nepříjemné pocity, od čtvrté dhjány až po sféru ani vnímání, ani nevnímání a také v oblasti touhy.

Navíc to lze přirovnat k urozenému člověku, který má jediného syna, kterého hluboce miluje a o kterého vytrvale přátelsky a soucitně pečuje. Přeje si, aby získal veškeré štěstí na světě, a chce mu dát vše, co je sám schopen získat. Někdy, když se jeho syn setkává s nejrůznějšími nepříjemnostmi, otcova mysl velmi zesmutní, ale když se jeho syn zbaví příčin trápení, otec se velmi raduje. Po těchto radostech skončí jeho zodpovědnost, když syn vyroste, a pak si odpočine.

Takový je i meditující, který praktikuje čtyři bezmezná myšlení. Vnímá všechny vnímající bytosti jako své syny a přeje si, aby získali příjemné věci a všechny druhy světského štěstí podle svých představ. Díky síle svého samádhi přátelskosti může skutečně vidět všechny cítící bytosti šťastné. Když se meditující vynoří ze své myšlenky přátelskosti, vidí-li bytosti, které prožívají utrpení a bolest, věnuje tomu pozornost a nechá vyvstat soucit. Díky síle své myšlence soucitu vidí všechny cítící bytosti prožívající utrpení a pak si přeje je od něho všechny osvobodit. Poté, co vzniklo samádhi soucitu, setká-li se s bytostmi prožívajícími štěstí, jako jsou ti, kteří dosáhli cesty nebo vstoupili do nirvány, věnuje tomu pozornost a nechá vyvstat radostnou mysl. Přeje si, aby i druzí ji dosáhli. Když se jeho mysl stane poddajnou, skutečně vidí všechny bytosti, které tuto radost získávají.

Když v něm vznikne samádhi, může se setkat s bytostmi, které neprožívají ani potěšení, ani bolest, ani radost, ani zármutek, věnuje tomu pozornost, nechává vyvstat vyrovnanost a přeje si, aby všechny bytosti byly bez potěšení, bolesti, radosti nebo zármutku. Díky síle dobře praktikované vyrovnanosti může skutečně vnímat všechny bytosti, které nemají ani potěšení, ani bolest, ani radost, ani žal, a dosáhnout tak osvobození od horečky poskvrnění.

A navíc, pokud má bytost nejrůznější nedostatky nebo spory, bude smířlivý a nebude se vyptávat. Pokud si ho lidé váží a přilnou k němu, nebude to považovat za důvod k radosti. To je mysl vyrovnanosti.

Toto jsou významy čtyř nezměrných myšlení, jak jsou vysvětleny v učení Velkého vozu.

Bhante Dhammadípa

(16. část)

Pokud si pamatuji, my jsme skončili se soucitem. A zdůraznili jsme to, že soucit je obzvláště důležitý pro toho, který chce praktikovat cestu bódhisattvů, protože ta vlastně soucit shrnuje, velký soucit **shrnuje** vlastně praxi všech *páramí* a obzvláště praxi těch ostatních čtyř *brahmavihár*. Čili božské přebývání pro bódhisattvu je shrnuto je velkém soucitu. To je důležité pochopit. A velký soucit je vlastně základ praxe *bódhičitty*. A jak bychom měli vědět, praxe *bódhičitty* **shrnuje**, stejně tak jako velký soucit vlastně všechny bódhisattvovské praxe.

A velký soucit, stejně tak jako přátelství, láska ve smyslu přátelství je vysvětlen, jak už jsem se zmínil jinak v jižní tradici a jinak též v severní tradici. To je důležité pochopit. Abychom pochopili to, co následuje, dneska budeme mluvit o *mudita*. *Mudita* znamená radost. My to překládáme někdy jako sympatizující radost. Ale v podstatě je to radost. Tak se to též překládá v čínštině. V čínštině, myslím v tibetštině též, nerozlišují mezi radostí jako příjemným mentálním pocitem. Jak jsem se zmínil, příjemný mentální pocit se vysvětluje v severní tradici jako *príti*, což je vysvětleno jako radování se. A stejné slovo máme pro *mudita*. Též vlastně je to radování se.

Podle Abhidharmakóša - studium *Abhidharmakóša* je většinou základ pro všechny, kteří studují severní buddhismus – v Abhidharmakóša se vysvětluje praxe radosti jako praxe příjemného mentálního pocitu – *saumanasjam*. Na rozdíl od *subha*, což je příjemný tělesný počitek. Vysvětlili jsme též, že příjemný tělesný počitek se v džhánách vysvětluje jako *prašrabdhi*. Prašrabdhi znamená jasnost a uvolnění. Též se to vysvětluje jako *pliancy*, což znamená jistá flexibilita. Flexibilita je základu volnění. Jestliže nejsme flexibilní, nemůžeme se uvolnit. A jestliže se uvolníme, máme lehkost, máme jemnost, máme možnost se adaptovat na jakoukoli situaci a to je též vlastně spojené s pocitem štěstí. Jestliže nemáme štěstí, my se neadaptujeme na situaci, my budeme tvrdí uvnitř i venku. Ten, kdo praktikuje subha, ten může být tvrdý, přímý, ale navenek flexibilní. Uvnitř přímý, tvrdý, navenek flexibilní.

Saumanasjam - příjemný mentální pocit, je pocit, který vlastně meditující praktikuje v prvních dvou džhánách. O tom jsme se zmínili. Čili severní buddhismus vysvětluje ty první dvě džhány hlavně na základě tohoto příjemného mentálního pocitu. My se radujeme, príti znamená, že se radujeme nad objektem, který se nám líbí. A to děláme v první a druhé džháně. Právě proto, podle *Abhidharmakóša*, praxe mudita, praxe radosti, je převážně praxe první a druhé dhjány. To je jiné než ve *Visuddhimagga*.

Jestliže studujeme jižní buddhismus, měli bychom vědět, že praxe metta je za účelem opuštění *dvéša* – nenávisti. A dvéša též znamená *pratighá* – že my chceme násilím odstranit ten předmět a počitek s ním spojený, který se nám nelíbí. *Prati* znamená proti, ham znamená doslova zabíjet nebo odstranit. Odstranit to, co nám jde „proti srsti“. Proto praktikujeme metta, abychom odstranili to, co nám jde „proti srsti“.

A nebezpečí praxe metta je, že když odstraníme to, co nám jde „proti srsti“, že ulpíváme na objektu, který se nám líbí. Pokud to děláme, pak ta pozitivita metta nemůže mít trvání. Jestliže ulpíváme na předmětu, který se nám líbí, pak pozitivita přátelství nebude mít trvání.

Karuna – soucit je opak násilí. Ten kdo praktikuje soucit, tak vysvětluje Visuddhimagga, je v protikladu s násilím. Protože má soucit, není násilný. A nebezpečí praxe soucitu je sebelítost.

Příliš radosti, teď studenti čínské medicíny, příliš radosti škodí srdci. Příliš smutku, a soucit je vlastně kontemplace utrpení, o tom jsme mluvili, kontemplace utrpení vede k soucitu, soucit je neslučitelný s násilím, ale jeho nebezpečí je sebelítost.

A teď jdeme k severnímu buddhismu. Nágardžuna vysvětluje přátelství a soucit jako to, co praktikujeme za účelem odstranění nesprávného názoru. To je důležité pochopit. Pokud nemáme přátelství a soucit je jisté, že se vnoříme do nesprávných názorů. Proč? To je důležité pochopit. Protože oddělujeme sebe od druhých. Mluvili jsme o tom, že v našem textu Kumáradžíva vysvětluje praxi přátelství jako kontemplaci potenciálu štěstí ve všech bytostech. My, že kontemplujeme potenciál štěstí ve všech bytostech, včetně sebe samých, praktikujeme přátelství.

Praxe soucitu je kontemplace utrpení, což je možno vysvětlit, skutečné utrpení pro moudré bytosti je stav nestálosti. To je skutečné utrpení. Pochopení stavu nestálosti, o tom jsme mluvili minule též, podle mahájánové Nirvánasútry, pochopení utrpení jakožto ne-utrpení je skutečné proniknutí pravdy utrpení. Buddha učil pravdu utrpení, neučil pravdu štěstí, protože utrpení je vlastní všem bytostem. Ale jestliže praktikujeme cestu bódhisattvů, pak je důležité pochopit, že nejdůležitější kontemplace je vlastně **neskutečnost utrpení**. V pravdě nejvyšší – v parinišpanna[292], perfektní pravdě - žádné utrpení je díky zašpinění vědomí. My trpíme, protože vědomí má zašpinění. To je jasně vysvětleno též v Abhidharmakóša.

Ale zašpinění vědomí podle Asangy není skutečné. V praxi bódhisattvů zašpinění vědomí není skutečné. Proč? Protože nirvána je jediný skutečný stav. Protože nirvána nikdy nevznikla, to, co nikdy nevzniklo, nemůže nikdy zaniknout. A právě proto je to jediné, co má vlastní podstatu. Vše ostatní žádnou vlastní podstatu mít nemůže, protože vzniká a zaniká. A to, co vzniká a zaniká nemůže být skutečné. Kdyby to, co vzniká a zaniká bylo skutečné, tak možnost probuzení je nemožná. Protože to, co vzniká a zaniká není skutečné, proto existuje **otevření** pro pravdu nejvyšší.

A teď se dozvíme, praxe mudita, praxe radosti je vlastně podle Kumáradžívy, a je to též napojeno na vysvětlení, které najdeme v jiných místech kanónu vysvětlujícím cestu bódhisattvů - praxe radosti je ta praxe, která vlastně otevírá v srdci místo pro skutečnost. Skutečnost je radost. Ale ne skutečnost, jak my ji vidíme, ale skutečnost, jak ji realizovaná osoba vidí. A takto text prezentuje, jak se dozvíme, praxi mudita. Ve Visuddhimagga, a to je důležité pochopit, jestliže praktikujeme metta, začínáme sami sebou. Pak použijeme osoby tří druhů, protože pomatená mysl, což je samsárické mysl, vlastně rozděluje osoby do tří

[292] *Parikalpa* – vymyšlenosti, paratantra – poměrné možnosti a *parinišpanna* – skutečnosti.

kategorií. My máme tendenci kdykoliv se s nějakou osobou nebo bytostí setkáme, zařadíme ji buď do kategorie osob nebo bytostí, které se nám líbí, nebo bytosti, které se nám nelíbí, anebo bytosti, které se nám ani líbí, ani nelíbí, vůči kterým jsme indiferentní. A pokud takto jednáme, vlastně nejsme otevřeni pro praxi *brahmavihár*, pro praxi božích přebývání, protože praxe božích přebývání je praxe *samatha*, praxe stejnosti. Všechny toto rozdíly existují z hlediska stejnosti.

Pro praktikanta bódhisattvovské cesty stav stejnosti je stav takovosti. Je stav skutečné podstaty všeho bytí, všech předmětů, což je prázdnota. Jiná podstata není. Teď jestli tato prázdnota je podstata nebo není podstata, je podstatné nebo nepodstatné, to je jiná otázka a tato otázka není vlastně ani relevantní. Protože prázdnota nebo takovost je takovost nebo prázdnota protože se ji nedá chytit. Jestliže ji chytíme, no tak to nebude prázdné. To je praxe, vlastně vysvětlení radosti, jak ho máme v tomto textu, je na tomto základě. Že vlastně ta takovost, ta prázdnota je stále s námi. A teď jsme viděli, že pro Kumáradžívu je

- praxe metta samádhi rozvíjení přátelství vůči všem bytostem,
- praxe soucitu je pochopení stavu nestálosti a
- stav radosti je pochopení stavu takovosti, která zahrnuje vlastně vše.

Takovost je též ve smyslu absolutním, jako jediná realita a též ve smyslu relativním. Země je takovost, protože ať chceme nebo nechceme, budeme mít kvality tvrdosti, měkkosti, hrubosti, jemnosti atd. A ty kvality jsou takovost. Proto Buddha učí též v Mahá-Ráhulováda- sutta[293] , že buď jako země, protože na zemi můžeš položit vše; buď jako voda, protože voda spláchne všechno; buď jako oheň, protože oheň v něm se vše spálí; buď jako prostor, protože do prostoru se všechno vejde. A stejně tak veškeré předměty poznání jsou vlastně předměty takovosti. To, co je na základě důvodu a příčin, to je na základě takovosti. Ty důvody a příčiny jsou takovost.

V takovosti, v té pravdě nejvyšší, neexistují žádné zašpinění takovosti, zašpinění vědomí, zašpinění mysli. Zašpinění mysli patří jen realitě přechodné. Nepatří realitě takovosti. A rozvíjení radosti je vlastně rozvíjení radosti z poznání reality takovosti. Skutečné reality tak, jak je. Pro buddhisty skutečná realita, tak, jak je – takovost, nirvána – je symbolizována trojitým klenotem. Buddha je takovost, Dharma je takovost, Sangha je takovost. Sangha je společenství praktikantů takovosti. A radost nad takovostí je skutečnost radosti. Je skutečnost poznání stejnosti. Tak prezentuje Kumáradžíva praxi *mudita*.

Mudita, stejně tak jako ve Visuddhimagga, tak i zde, mudita neboli praxe radosti je opak arati. Rati znamená radost nebo potěšení. Arati též znamená nuda. Jestliže nemáme radost, máme nudu. Nudíme se. Proč se nudíme? Protože nemůžeme tolerovat stav, skutečný stav. Proto Nágardžuna vysvětluje praxi přátelství a soucitu jakožto odstraňování nesprávného názoru. My **nejsme** odděleni od celku. Jestliže se oddělujeme od celku, máme nesprávný názor.

[293] Delší poučení Ráhuly. Český překlad.

A praxe mudita - praxe radosti a praxe upekša – praxe odevzdanosti *equanimity*, je praxe, která vede podle Nágárdžuny k odstranění tanha, k odstranění chtíče. Díky chtíči my nevidíme realitu. Protože nevidíme realitu, my se nemůžeme radovat. A jelikož se nemůžeme radovat, my se nemůžeme odpojit. Protože abychom se odpojili, musíme najít štěstí. Skutečné štěstí je v realitě tak, jak je. Čili zde Kumáradžíva spojuje praxi mudita s kontemplací reality tak, jak je.

Jestliže čteme *Visuddhimaggu*, když praktikujeme soucit, nezačínáme sebou samým, jak v metta, ale začínáme očividně trpící bytostí. Jestliže praktikujeme mudita, nezačínáme sebou, jako s metta, ale začínáme kontemplací takové osoby, takové bytosti, která vtěluje dobré kvality, které chceme získat.

A zde vlastně logika je, že veškeré dobré kvality, to je logika *Pradžňápáramitásútry*, to je důležité pochopit, pokud nepochopíme filosofii právě páramitá transcendentální moudrosti nemůžeme praktikovat cestu bódhisattvů. Podle Pradžňápáramitá, podle transcendentální moudrosti, moudrost a radost právě patří nejvyšší realitě. A největší ctnosti, skutečné ctnosti nepatří, nemůžou patřit individuu, to je hlavní učení též *Diamantové* sútry[294], ty patří právě té nejvyšší realitě. A my, jestliže chceme získat skutečné zásluhy, my vstoupíme do praxe skutečných zásluh tím, že kontemplujeme s radostí právě tu nejvyšší realitu ve které neexistuje zašpinění vědomí. Zašpinění vědomí patří pouze a jen realitě konvenční.

Asanga v Jógáčárabhúmišástra vysvětluje, že z hlediska praxe žáků utrpení a přechodnost patří do *paratantra*, patří do reality, která je vytvořená důvody a příčinami. Jestliže praktikujme buddhismus, my se dostaneme do té nejvyšší reality právě pochopením *paratantra*[295], pochopením reality dané důvody a příčinami. Jiná cesta není. Podle Asangy ale z hlediska bódhisattvy utrpení a přechodnost nepatří striktně řečeno paratantra, ale patří *parikalpita*[296]. My jsme vykonstruovali, na základě vlastně naší neschopnosti radovat se z nejvyšší reality. A nejvyšší realita, je nejvyšší realita, protože se nedá chytit. To, co se dá chytit, nemůže být ta nejvyšší realita. Proto *Sukránta-vikráminpradžňápáramitásútra*, která je obzvláště populární v Tibetu, ne tolik v Číně, ta učí, že kdyby moudrost měla objekt, byla by to nevědomost. Proto praxe *brahmavihár* je praxe, která vede k pochopení právě takovosti jako skutečného stavu všeho bytí. Proto mahájánová *Nirvána sútra* tvrdí, o tom jsem se už zmínil, že pochopení utrpení jako ne-utrpení je pravda utrpení.

A teď se podíváme na text. Tedy vidíme, že tradičně začínáme praxi radosti tím, že si vizualizujeme osobu nebo bytost, která představuje ty dobré kvality, které chceme získat. A my se radujeme nad těmi dobrými kvalitami. Proto se to překládá jako sympatetická radost. Z hlediska praxe bódhisattvů všechny dobré kvality, skutečné dobré kvality nemohou patřit individuu, protože individuum existuje pouze v pravdě konvenční, nemůže existovat v pravdě nejvyšší. A právě proto ta skutečná radost je radost zaměřená na tu nejvyšší radost. A

[294] Český překlad.

[295] Asanga se v 2. kapitole Mahájánasangraha věnuje učení o "třech formách existence" neboli "třech vzorcích" (trisvabháva). Tato doktrína tvrdí, že všechny bytosti mají tři schémata - závislý (*paratantra*), představovaný imaginární (*parikalpita*) a dovršený (*parinišpanna*).

[296] parikalpita: domnělé, představované. Více viz Slovník

z hlediska nejvyšší reality, aspoň to se tvrdí, jestliže praktikujeme z hlediska nejvyšší reality, pak realizace nirvány, realizace nejvyšší pravdy, bude daleko snazší.

To je přesně to, co text tvrdí. Jestliže praktikujeme z hlediska pravdy nejvyšší, praxe bude daleko snazší. Jestliže praktikujeme z hlediska pravdy konvenční, pak realizace bude těžší. Protože v realitě konvenční strast přechodnosti skutečně existuje. A zbavit se něčeho, co skutečně existuje je daleko těžší, než se zbavit něčeho, co kontemplujeme jako neskutečné.

A praxe mudita, podle textu, spočívá z radosti, která je založena na moudrosti. Na jaké moudrosti? Na moudrosti pochopení pravdy nejvyšší jako jediné pravdy, jako jediné skutečnosti. A proto text vysvětluje, že praxe mudita spočívá v tom, že jogín si začíná být vědom skutečných vlastností všech fenoménů.

A jak se k tomu dostane? Tím, že vidí, že medituje metta, což jak jsme viděli je kontemplace potenciálu štěstí ve všech bytostech, ale také vidí, že bytosti stále trpí dále, ať už praktikuje metta jak chce, bytosti budou dále trpět. Medituje na skutečnost utrpení, ale bytosti budou šťastné. A z toho vychází co? Z toho vychází, že v realitě konvenční žádná vlastnost není fixní, není daná, není skutečnost. Protože konvekční bytí je proces přeměny. Proces přeměny je všechno, co my můžeme ve světě poznat. A kdyby tento proces přeměny byla jediná skutečnost, no tak pak by všechny cesty k vysvobození byly uzavřené. A právě proto, že tato skutečnost utrpení přechodného stavu není skutečná, proto se otevírá cesta ke skutečné radosti. A proto text tvrdí, že vlastně ty vlastnosti pro jogína, jako Kumáradžíva byl, ty vlastnosti předmětů, které vnímáme, pro jogína, ne pro nás, oni následují potenci neboli sílu, schopnost naší mysli. Když jsme si usmyslili, že všechny bytosti mají potenciál štěstí, vidíme štěstí ve všech bytostech. Když jsme si usmyslili, že všechny bytosti jsou ve stavu strasti, vidíme strast ve všech bytostech. Když jsme si usmyslili, že všechny bytosti nemají žádné fixní, dané vlastnosti, no tak kontemplujeme vlastně skutečnost jediné podstaty, podstaty prázdnoty.

A právě proto – to je závěr – právě proto, že žádný fenomén naší zkušenosti nemá fixní vlastnosti, právě proto to nejvyšší probuzení, tzn. probuzení společně se všemi bytostmi, probuzení jedné jediné pravdy, není tak těžká věc. Je dosažitelné. A protože je dosažitelné, radujeme se nad tím.

Čili, jestliže čteme Ágamy jako Vatthúpama-sutta [297] v Maddžhimanikája, tak praxe brahmavihár je prezentována: po odstranění my můžeme praktikovat brahmavihára, po odstranění zašpinění mysli. To tvrdí Vatthúpama-sutta, Sútra podobenství k šatům. První musíme šaty umýt, zbavit barvy a pak budou bílé. Zbavit smradu a pak je můžeme navonět.

[297] MN 7. Sedmá sutta z Maddžhima nikáji. Buddha říká, že stejně jako špinavý kus látky špatně přijímá barvy, tak v nečistém srdci nelze nalézt blaženost. Poté pokračuje ve výčtu nečistot srdce a ukazuje, jak je lze očistit. Přítomný Sundarika Bharadvadža se Buddhy ptá, zda se koupal v Bahuce. Buddha poté uvádí seznam míst, jejichž vody jsou považovány za svaté, a prohlašuje, že skutečnou očistou je očištění srdce, milovat vše živé, mluvit pravdu, nezabíjet ani nekrást, nebylo ničemou, ale přebývat ve víře. Bharadvadža usiluje o vysvěcení a stává se arahantem.

A teď vzniká co? Teď vlastně i zašpinění je **integrováno** do praxe radosti. Proč? Protože není skutečné. Jak mahájánové sútry tvrdí, jako *Ghanavjúha*[298], která je obzvláště populární v zenu, - tím že poznáme takovost, veškeré fenomény budou poznány. Tím, že poznáme vlastnosti fenoménů není garantováno, že takovost bude poznána. A nirvána je takovost. Právě proto to neznamená, že není dobré poznat vlastnosti různých věcí, vlastnosti různých věcí mají své důvody a příčiny, ale tyto důvody a příčiny jsou proces. A to, co je proces nemůže mít fixní skutečnost. Jeho skutečnost se stále mění.

Takže vlastně kontemplace nemusíme odstranit zašpinění, abychom praktikovali božská přebývání, kontemplace zašpinění vede též k poznání božských přebývání. Protože do božských přebývání se musí vejít všechno, protože to jsou přebývání ve smyslu stejnosti všech věcí, všech. Z hlediska žáků - všech bytostí, ale z hlediska praxe bódhisattvů i všech věcí, protože bez věcí, bez světa, bytosti nemají základ. Právě proto, jak už jsem se zmínil, mahájánová Nirvána sútra tvrdí, že malé srdce nebo malá mysl z hlediska malé mysli pravda brahmavihár nemůže vést k osvobození. Protože v malé mysli, mysli rozlišující, bytosti nejsou skutečné. My abychom poznali skutečné, musíme poznat neskutečné. Bytosti nejsou skutečné, jsou skutečné v konvenční pravdě, ale nejsou skutečné z hlediska pravdy nejvyšší. To je základ buddhismu. Jestliže vidíme absolutní skutečnost v bytostech, to nevidíme Buddhovo učení. Tím, že vidíme neskutečnost bytostí, vidíme Buddhovo učení.

Ale jelikož v malé mysli bytosti, jelikož nejsou skutečné, nemůžou být objektem osvobození. Proto Ágama tvrdí, že abychom se osvobodili pomocí brahmavihár, musíme tuto praxi praktikovat společně se čtyřmi základy bdělé pozornosti. Pak může vést k osvobození. V mahájánové Nirvána sútře Buddha tvrdí, že z hlediska velké mysli objekty brahmavihár jsou skutečné. Jsou neskutečné z hlediska malé mysli, rozlišující mysli, ale jsou skutečné z hlediska velké mysli. A co je velká mysl? Nirvikalpa, mysl **bez** rozlišování. To je velká mysl.

A proto mahájánové sútry zdůrazňují, že základ praxe brahmavihár je, jak už jsem se zmínil, velký soucit. Velký soucit shrnuje veškerou praxi brahmavihár. Velký soucit je v sútře *Alamkára* srovnán s kořenem praxe. Kořen praxe bódhisattvů je velký soucit. **Kmen** stromu praxe bódhisattvů je *kšánti* - výdrž, tolerance, přijmutí. Přijmutí čeho? Přijmutí skutečné reality. A přijmutím skutečné reality my realizujeme velký soucit. To je důležité pochopit.

Přijmutím reality realizujeme velký soucit čili ten kmen bude dávat větve. A ty větve je schopnost prospívat bytostem, podle Asangy. A z těch větví pak vychází listy. A listy, to jsou sliby bódhisattvů. Já neosvobodím sebe, ale osvobodím všechny bytosti. Já nezbavím se svých vlastních nečistot, zbavím se nečistot všech bytostí. Já nebudu studovat pouze jen to, co vede k mému vlastnímu osvobození, budu studovat vše, co vede k osvobození všech bytostí. A dosáhnu to nejvyšší osvobození. A tyto listy umožňují květy. A květy je lepší zrození. Zrození,

---

298 Ghanavjúhasútra. Tato sútra, která se dochovala pouze v čínských a tibetských překladech a jejímž ústředním tématem je návštěva Buddhy Šákjamuniho v čisté zemi Buddhy Vairóčany, je důležitým zdrojem pro jógáčárové pojetí tří přirozeností, tathágatagarbhy a álajavidžňány. Tyto dva poslední pojmy jsou v textu často považovány za synonyma, zejména v čisté podobě, zatímco v nečisté podobě je álajavidžňána označována za zdroj, z něhož vycházejí všechny běžné jevy. Odkaz

které umožňuje prospívat mnohým bytostem. A ovoce toho je pak, podle Asangy, velké probuzení, společně se všemi bytostmi. A základ pro to je právě vlastně radost z pochopení, že veškeré skutečné ctnosti, ty nejvyšší ctnosti, nepatří bytostem, ale patří té nejvyšší realitě.

A teď text, stejně tak jako *Šántidéva,* vlastně spojujeme radost s rozvíjením bódhičitty, ani nechápeme, jak je možné, že v mé mysli, zamlžené mysli, mohl vyvstat tak krásný ideál. Co je bódhičitta? Bódhičitta je probuzená mysl. Probuzená k čemu? K jedné realitě. K jedné pravdě. Všechny ostatní pravdy jsou jen cesty k této jedné pravdě. A ta jedna pravda je skutečná. A toto poznání je čistá radost. A text ji přirovnává, je to jako radost obchodníka, který měl málo zboží, skoro nic, a podařilo se mu to prodat za stotisícový zisk. Stejně tak, my máme vlastně málo, jako individua toho moc nemáme, ale když poznáme jednu pravdu, které patříme, tak vlastně stejně tak, jako kupec získal za korunu milióny, tak my získáme nekonečné slasti na základě skutečné reality. A ta skutečná realita nepatří nám. Kumáradžíva ji spojuje s kontemplací Buddhy. Buddha je skutečnost. Ty ctnosti Buddhy jsou skutečné. Ctnosti bytostí nemůžou mít žádné trvání. Ctnosti Buddhy jsou skutečné, protože nikdy nepominou.

A kontemplace Buddhy – *buddhánussati* - je vlastně kontemplace lásky k Buddhovi, radosti z Buddhy, z pochopení Buddhy, jako jediné skutečné reality. A pak, na základě tohoto pochopení, není divu, že Kumáradžíva je překladatel vlastně *Amitábha sútry*[299], která je obzvláště důležitá v čínském buddhismu – pak na základě lásky k Buddhovi, jako jediné skutečné realitě, pak bódhisattva praktikuje čtyři božská přebývání. To tvrdí Kumáradžíva. A na základě pochopení lásky k Buddhovi, pak kontempluje, medituje na ctnosti Dharmy. Ctnosti Dharmy, podle textu, jsou výsledkem Buddhovy milosti. Výsledkem Buddhovy lásky. Dharma je výsledkem Buddhovy lásky. Čili Buddha není prezentován jakožto historická osobnost, Buddha je prezentován jakožto princip jediné pravdy. Ta jediná pravda má nekonečné ctnosti, které jsou z milosti Buddhy samotného. A ten, kdo praktikuje tuto Dharmu, která je výsledkem milosti Buddhy, ten může dosáhnout stejných ctností jako Buddha samotný.

V mahájánovém buddhismu zde, ačkoli Kumáradžíva mluví k žákům, zde vlastně jasně prezentuje kontemplaci Buddhy, jakožto univerzálního principu, který existuje ve všech světech, ve všech směrech a ve všech bytostech. A jelikož takto kontempluje, prožívá slast ve svém srdci. Čili radost ve smyslu božského přebývání je radost nad Buddhou, jakožto jedinou skutečnou realitou. Ta realita má milost a tato milost je právě Dharma. A pak kontemplace Sanghy, kontemplace Sanghy je, stejně tak jako najdeme v jiných mahájánových sútrách, kontemplace Sanghy je kontemplace vlastně žáků Buddhy, žáci Buddhy jsou nositelé Buddhova principu, Buddhova srdce. A jelikož jsou nositelé Buddhova srdce, proto se straní veškerého činění, které by škodilo jim i druhým bytostem.

---

[299] Amitábha sútra: jedna z hlavních súter školy Čistá země. Říká se, že je to jediná sútra, kterou Šákjamuni kázal, aniž by byl o to požádán. Kvůli tomu, aby usnadnila živým bytostem praktikovat a kultivovat Buddhovu cestu Šákjamuni zjevil a naučil nás nejjednodušší způsob osvobození a osvícení - recitování Buddhova jména Amitábha. Více viz Slovník

Meditující se raduje, protože medituje na to, že o též se stal součástí tohoto společenství Buddhových žáků, kteří praktikují Dharmu, která je výsledek milosti jedné pravdy, jednoho principu. A tím pádem vlastně text spojuje kontemplace *buddhánussati*, *dhammánussati*[300], *sanghánussati* [301] , jak známe z tradičního théravádového buddhismu i ze severního buddhismu, to jsou společné praxe. Spojuje je vlastně s kontemplací jediné pravdy, pravdy takovosti. A ta jediná pravda, pravda takovosti, ta obsahuje všechny pravdy. Ta obsahuje pravdy ctnosti Buddhy, ctnosti Dharmy, ctnosti Sanghy a obsahuje nekonečné ctnosti, protože ty nekonečné ctnosti patří **nerozlišující** mysli – *nirvikalpa dhjána*.

Nerozlišující mysl je ta mysl, která dosahuje probuzení. Z hlediska praxe bódhisattvů, co znamená probuzení? To je důležité pochopit. Anutpatti dharma dhjána kšánti[302] - to znamená tolerance pravdy neskutečného zrození všech fenoménů. Jestliže fenomény skutečně zrodily, tak pak nirvána není dosažitelná. Ale právě, že se skutečně nezrodily, nirvána je dosažitelná. A toto pochopení je obsah probuzení bódhisattvů. Neskutečnost a nemožnost skutečnosti toho, co je přechodné. To, co je přechodné, ve skutečnosti se nedá chytit, se nedá dosáhnout. Dosažení toho, co se nedá chytit, je poznání stavu nezrození.

Proto mahájánové texty, obzvláště zdůrazňují, že praxe radosti je praxe **tolerance** pravdy. Jestliže čteme Visuddhimaggu, měli jsme tento princip ve vysvětlení metta. Visuddhimagga tvrdí, že praxe metta je v souladu s praxí kšánti, s praxí tolerance. A vede k pochopení principu, který Buddha učí … nic neexistuje, co by bylo vyšší, než tolerance. A zde vlastně praxe tolerance, praxe přátelství je praxe přijetí skutečné nezrozeného stavu všech věcí. A toto přijetí je ta největší radost.

Ta, jak Kumáradžíva vysvětluje, ačkoli jako individuum my máme jen pár šesťáků, vlastně nic nám skutečně nepatří a tím, že se radujeme nad nejvyšší skutečností, jsme vlastně získali všechno. Včetně těch neskutečných, ohromných ctností, která vlastně nejvyšší skutečnost – nirvána, v sobě zahrnuje.

A tím skončíme dnešní vysvětlení a zbývá jen *upekša*. Tu probereme příští týden. A upekša, jak víme nebo bychom měli vědět, stejně tak, jako metta, z hlediska jižního buddhismus, Visuddhimagga, je praxe *páramí*. Existuje páramí metta, existuje páramí upekša. Upekša je stav, který získáme čím? Bódhi. Jestliže získáme bódhi, získáme neměnný stav upekša. To je vysvětleno ve Visuddhimagga. Bódhi je šat anga upekša, je equanimity, rovnost vůči objektům šesti smyslů. Tzn., že máme příjemný objekt, my ho zakoušíme, ale neulpíváme na něm. Máme nepříjemný objekt, my ho zakoušíme, ale nesnažíme se ho násilím od nás odrazit. My zažíváme ani příjemný, ani nepříjemný objekt, ale zažíváme ho s bdělou pozorností. To je stav probuzení.

Tento stav probuzení ovšem musí ovšem, dle théravádového buddhismu, jestliže se chceme stát perfektním buddhou, musí mu předcházet praxe metta, jakožto páramita, jakožto transcendentální ctnosti. Jedině jestliže metta dozrála, my můžeme se od vše odpojit. Jestliže

[300] dhammánussati: ‚rozjímání o dhammě‘, je jedním z deseti rozjímání (anussati). Více viz Slovník
[301] Viz předchozí poznámka.
[302] 1:02:00 nebo džhána?? Případně pouze anutpatti(ka) dharma kšánti.

metta nedozrála a my se od vše odpojíme, můžeme se stát arahaty, ale nikdy se nestaneme plně probuzeným buddhou. Nikdy se nestaneme tělem Dharmy. To tvrdí théraváda. Čili praxe metta je spojená s praxí kšánti, s praxí tolerance. Díky praxi metta my získáme toleranci vůči utrpení, vůči všem nepříjemnostem i vůči Dharmě. Tři druhy vlastně upekša. Tolerance vůči všemu nepříjemnému, vůči utrpení a vůči Dharmě.

A zde vlastně tyto kvality, schopnosti přijmutí reality, přijmutí Dharmy, jsou spojené s radostí. Jelikož máme velký soucit, neoddělujeme svoje poznání od poznání druhých, právě proto vidíme v jedné realitě vše, co je prospěšné. Pro nás, stejně tak, jako pro všechny ostatní bytosti. A to je zdroj neomezené radosti, která nepatří nám, ale vlastně sdílíme ji s tou nejvyšší realitou.

A to by mělo stačit pro dnešek.

Otázka: Zeptal bych se na to kšánti. Jen by mně zajímal překlad, mám pocit, že se většinou překládá jako trpělivost.

Trpělivost, tolerance. To obsahuje mnoho různých významů. Trpělivost, snášenlivost. Možná pro nás asi nejlepší překlad by byl snášenlivost. Trpělivost, snášenlivost, tolerance, odevzdání. Odevzdání je též kšánti, protože to nejvyšší kšánti je Dharma kšánti. A proto je těžké jedním slovem přeložit. Ale jestliže překládáme jedním slovem, tak já bych asi volil snášenlivost, asi nejlepší pro všechny tyto aspekty, které tam jsou.

Otázka: Jak jste používal pojem probuzený bódhisattva…

Bhúmi bódhisattva, který bezprostředně…Probuzený žák je ten, který bezprostředně poznal nirvánu, ale ovšem poznal nirvánu jako opak samsáry. A probuzený bódhisattvy je ten, který poznal takovost bezprostředně, což je daleko těžší. Většina bódhisattvů i velcí praktikanti, jogíni, nejsou bhúmi-bódhisattvy. Stát se bhúmi-bódhisattva je daleko těžší, než se stát šrótápanna[303]. Je to vlastně bezprostřední poznání jedné reality. Toto bezprostřední poznání se nazývá *pramudita*[304]. Právě se nazývá proto pra-mudita, pramudita je vlastně radost, která prochází vším. Pra-mudita. A první stadium realizace bódhisattvovské cesty je tato velká radost, která prochází vším. A proto není divu, že Kumáradžíva takto prezentuje praxi metta, jakožto vlastně kontemplaci nad tou velkou radostí, kterou člověk získá přijetím jediné reality. Nejsme odděleni! Ať to chceme nebo nechceme, stále zůstáváme neodlučitelnou částí celku. A to je důvod k radosti. Ačkoli jsme ještě ten celek nepoznali bezprostředně, my už žijeme

[303] šrótápanna (pa. sótápanna), dosl.: „vstoupivší do proudu“; označuje první stupeň svatosti v hínajáně (árjamárga, árjapudgala), jehož může dosáhnout stoupenec víry (šraddhá) či učení (dharmánusárin). Více viz Slovník
[304] pramudita označuje "radostné bhúmi" a představuje jeden z deseti základů bódhisattvy (bódhisattvabhúmi), Více viz Slovník

s tímto celkem, protože jsme ho přijali, jako to skutečné. A to je ta radost v nás. To je vlastě to, co se Kumáradžíva snaží vysvětlit. Jestli jsem to dobře pochopil.

> Otázka: Říkal jste, že v pravdě konvenční existuje utrpení, že je reálné. A na druhou stranu, samozřejmě, v absolutní pravdě je jediná realita nirvána, což teda asi by bylo v rozporu, nebo takto: to, co je konvenční pravda, může nás mást (?) od té pravdy nejvyšší, ale v konvenční pravdě existuje jenom pravda o utrpení nebo dá se říct, že existuje v konvekční pravdě ještě něco jiného. Jak jste to přesně myslel?

V konvenční pravdě existuje vše, co vzniká na základě příčin a důsledků. Jenomže ty příčiny a důsledky jsou jiné, než jak je vidíme my, bytosti, které věří ve skutečnost individuí.

> Otázka: Takže se to nemusí týkat jenom utrpení, ale i jiných věcí, které vznikají na základě příčin a následků a neosvícenou myslí je vidíme jako reálné? A tím pádem je můžeme považovat za…

Protože my bereme sebe jako něco reálného, proto bereme i druhé, jako něco reálného a svět jako něco reálného. A to nám zakrývá vlastně tu pravdu nejvyšší. V pravdě nejvyšší **nic** neexistuje jako něco fixního, jako něco daného. To jedině existuje z hlediska naší deformace vědomí na základě pochopení sebe, jako oddělené bytosti.

(17. část)

Tak dneska, doufejme, ukončíme ty *brahmavihára*. Začali jsme s asubha – meditace o ošklivém a než půjdeme na *arúpa*, náš Kumáradžíva spojuje meditaci arúpa s pochopením *paramártha*, té nejvyšší pravdy. A teď zbývá *upékša*. Upékša je na konci brahmavihár a je též v théravádě, jestli někdo z vás studuje theravádu, tak je vlastně poslední *páramí*. Myslím, že jsem se o tom zmínil v poslední přednášce, ten kdo se stane buddha, prodlévá především ve stavu upékša. Co znamená upékša? Ikša znamená vidět. Upa ikša, upa ta předpona v sanskrtu znamená blíž, vidět zblízka a též znamená vlastně negaci. Dva významy. Vlastně když vidíme zblízka, no tak vidíme objektivně. A když vidíme objektivně, tak to já vlastně nevidí. Což je výborný význam. Když vidíme zblízka, vidíme objektivně, tak já nic nevidí. A protože já nic nevidí, tak se vlastně dostáváme do dimenzí probuzení.

Ti, kteří studují buddhismus, by měli vědět, že máme dva druhy upékša. Za prvé máme védaná upékša, což znamená ani příjemný, ani nepříjemný pocit, neutrální pocit a potom máme samskára upékša. To znamená vlastně *equanimity*, to neznamená lhostejnost, asi nejlepší české slovo, které bychom pro to našli, by bylo *vyrovnané poznání bez žádných předsudků*, vyrovnané poznání vůči formacím vůle. A to je stav zdravého poznání. Podle buddhistické psychologie **veškerý** zdravý stav vědomí vlastně musí mít upékša, musí mít schopnost objektivního vidění. A v buddhismu vlastně všechno je subjektivní, pouze Dharma je objektivní.

Každý, kdo se učí buddhismus, ví, že ať vyvstane buddha ve světě nebo ať nevyvstane buddha ve světě, to čemu se říká *dharmata*[305], to čemu se říká dharma sthiti, tak jak Dharma stojí, to čemu se říká *idampratjajata*[306], to čemu se říká závislé vznikání, to existuje **nezávisle** na to, jestli to buddha učí nebo neučí. Buddha přišel na svět aby vlastně učil jak věci jsou. A jak věci jsou, můžeme jedině poznat jestliže nemáme subjektivitu. My ale subjektivitu samozřejmě máme. Ale jestliže vidíme subjektivitu jako subjektivitu a máme zdravý odstup, též praktikujeme upékša.

Čili upékša má obzvláště blízký vztah k *satisampadžaňňa*, k uvědomělé pozornosti a k uvědomělému poznání, které jsou vlastě bezprostřední skutečné poznání. Žádné bezprostřední skutečné poznání nemůže existovat bez upékša, satisampadžaňňa.

A upékša je poslední páramí, v théravádovém buddhismu je též jedno z deseti páramí, je poslední brahmavihára, protože vlastně upékša **dělá** praxi brahmavihár objektivní. Bez upékša ta praxe brahmavihár bude subjektivní. To, co udělá tu praxi objektivní, co nás přiblíží dharmatá, stavu věcí tak, jak jsou je vlastně upékša.

---

[305] Dharmatá: doslovně „věcnost“, prapodstata, kořen všech věcí a jevů (dharma, dhamma); je to vlastně synonymum filozofické kategorie prázdnoty (šúnjata, suňňata). (V. Miltner: Malá encyklopedie buddhismu).

[306] Idampratjajata, idappaččajata: příčinná podmíněnost a závislá příčinnost všech věcí a jevů, kterou nemůže prozřít a pochopit jedinec, „který lpí na domově, jemuž domov lahodí a jenž to má rád,“ jak pravil Buddha. (V. Miltner: Malá encyklopedie buddhismu).

Ten, kdo je buddha, ať už buddha ve smyslu žáka nebo individuální buddha nebo plně probuzený buddha, prodlévá v upékša. Ne ve védaná upékša, ne v neutrálním pocitu, on prožívá hluboce radost a prožívá též hluboce nepříjemný pocit, když ho něco bolí, ale na rozdíl od nás, on ho prožívá v perfektním stavu upékša. V perfektní rovnováze. Neulpívá na příjemném pocitu, nebrání se nepříjemnému pocitu a jestliže ani nepříjemný, ani příjemný pocit, zůstává ve stavu vyrovnanosti.

To je ten blízký stav upékša satisampadžaňňa. Neopouští satisampadžaňňa, protože též neopouští upékša. Proto zůstává ve zdravém stavu vědomí, zdravém stavu mysli. Zdravý stav mysli, stejně tak jako v holistické medicíně, je vyrovnaný stav. Nezdravý je nevyrovnaný stav. A před Buddhou my jsme všichni nezdraví, protože prožíváme jisté **nevyrovnané** stavy vědomí. Ale jestliže je prožíváme vědomě, praktikujeme a vlastně pokračujeme v Dharmě, učíme se z nevyrovnanosti. To je vlastně praxe bódhisattvů. Bódhisattva se nevyhýbá nevyrovnanosti v tom smyslu, že ji potlačuje, ale snaží se přijímat věci tak, jak jsou a učit se z nich.

Na konci té části, která vysvětluje *upékša*, Kumáradžíva říká, že učí upékša na základě mahájánového principu. Co je mahájánový princip brahmavihár, jsme vysvětlili. Pro žáky objektem brahmavihár jsou pouze bytosti. Tam to končí. Právě proto, jak jsem vysvětlil, abychom získali stav probuzení na základě praxe brahmavihár, musíme tuto praxi kombinovat, jak *Halidavása sutta* učí atd. s praxí čtyř základů bdělé pozornosti, *satipatthána*. Bez *satipatthána* vlastně čtyři *brahmaviháry* nemůžou uspět. Protože objektem jsou bytosti, jak Abhidharmakóša, Visuddhimagga učí. Jestliže objektem jsou bytosti, my ulpíváme na bytostech, proto bytosti nemůžou být objektem osvobození. Objektem osvobození může být jedině *dharma*, *dharmata*, *dharma sthiti* i *dharma tjagatá*.

A karma též je dharma, karma je objektivní. Z hlediska buddhismus, když prožíváme příjemné pocity, je to na základě našich minulých pozitivních stavů mysli. Když prožíváme nepříjemné pocity, je to na základě našich minulých nezdravých stavů mysli. A my jsme v tomto životě, jestliže věříme v buddhismus, v nesčetných minulých životech my jsme udělali biliony, miliardy bilionů karm, která karma se zrovna zjeví nemůžeme vědět. Ani probuzený žák nemůže vědět jedině plně osvícený buddha, aspoň bychom tomu měli věřit, to vidí jasně.

Takže pochopení upékša je velice důležité. Upékša se mylně často chápe jakožto stav, že člověk je indiferentní, na ničem mu nezávisí. I v džátakách je občas upékša tak vysvětlována. Ale v podstatě to je nepochopení. Jestliže čtete džátaky, minulé životy Buddhy, též několik příběhů o jeho praxi v minulých životech, Buddha jako asketik byl tak odpojen od všeho, nestříhal si vlasy podle zvyku indických askétů a ve vlasech měl plno hnízd ptáků, kteří se tam usadily, udělaly si tam své toalety, své potřeby, svá hnízda. Vychovávaly tam své mladé. No a Buddha sedl v hluboké meditaci a všechno vlastně mu bylo jedno. To je též upékša.

Upékša je stav odpojení. Ale tento stav odpojení musí být spojen se satisampadžaňňa. S pochopením satisampadžaňňa též obsahuje praxi pochopení toho, co se hodí, co se přísluší a co se nehodí, co nepřísluší. Ale askét samozřejmě potřebuje silnou vůle. Bez silné vůle se

nikdy askety nestaneme. No a Buddha takto praktikoval, protože cvičil svoji silnou vůli. Ale silná vůle ke stavu probuzení nestačí. Člověk potřebuje silnou vůli spojit s moudrostí.

Upékša, jak už jsem se zmínil, má hluboký vztah k praxi satisampadžaňňa, k praxi uvědomělé pozornosti a uvědomělého poznání čili meditující, který praktikuje upékša se nenechá chytit ve svých pocitech a nenechá se chytit v pocitech druhých. Mluvili jsme o tom, jestliže praktikujeme

metta podle systému Visuddhimagga začínáme sebou, pak rozdělíme bytosti na ty, které jsou blízké, které nejsou blízké a ty, které jsou naši nepřátelé, které nemáme rádi.

Jestliže praktikujeme soucit, začínáme s vizualizací osoby, která očividně trpí, umírá, je nemocná. A pak zase to aplikujeme.

Když začínáme s praxí radosti, vizualizujeme osobu, která prožívá ty pozitivní vlastnosti, které si přejeme a radujeme se z nich. Šántidéva tvrdí, že to je nejrychlejší cesta se radovat z ctností druhých. Tím pádem si tyto ctnosti sami přivlastníme.

A jestliže praktikujeme upékša začínáme s neutrální osobou, ani ne osobou, která očividně trpí, ani ne s osobou očividně šťastnou, začínáme s neutrální osobou, která pro nás nepředstavuje ani žádné velké utrpení, ani žádnou velkou radost.

A kontemplujeme o tom, že tato osoba je výsledkem její prožívání štěstí či neštěstí je výsledkem její karmy. My si přejeme, aby byla šťastná, ale ona bude jednou také nešťastná. My si přejeme, aby se zbavila utrpení, ona stejně bude někdy trpět. Všichni nakonec musíme zemřít, být nemocní. My si přejeme, aby neztratila všechny ty dobré kvality, které má, ale ona je také může ztratit, to se stane každému. Ale karmu, ať si přejeme ať ztratí karmu či neztratí, nakonec všichni zažijeme to, co je výsledkem toho, co jsme udělali. Lidová moudrost: každý se vyspí tak, jak si ustele. A to se nedá změnit, to není spojené s žádným jástvím, to je objektivní. Jenomže my tu hloubku této objektivity my ji nechápeme. Protože my jsme udělali miliardy karm a která karma se zrovna vyjeví, nemůžeme vědět. Jestliže to bude dobrá karma, tak budeme nějakou dobu šťastni a pak se neobjeví nějaká nedobrá karma, zase na náš přijde nějaká mizérie. My nemůžeme rozhodnout. Snažíme se rozhodnout, ale nemůžeme. Protože my jsme si nezvolili v jakém těle budeme bydlet, my jsme si nezvolili jakou mysl budeme mít, my reagujeme na různé podmínky, my reagujeme na různé situace a podle těch situací my se měníme. Podle těch podmínek my se měníme.

A jestliže člověk je schopen toto pozorovat s uvědomělou pozorností, bez ulpívání na pocitech. To neznamená, že ty pocity nemáme, pocity máme, ale my je nebereme jako něco objektivního, neulpíváme na nich, ale vidíme je jako výsledky situace. A tím pádem my se vlastně **napojujeme** na vyrovnané poznání. Stav upékša je základ pro vyrovnané poznání.

A teď se podíváme na text, jak tyto věci vysvětluje text. Důležité je pochopit, obzvláště pro nás, kteří se zajímají o meditaci, že vlastně upékša též zahrnuje stav uvědomělé pozornosti, která není ovládaná jakýmkoliv úsilím. Spontánní uvědomělá pozornost. Spontánní uvědomělá

pozornost je zrání praxe upékša. A jak by studenti mahájánového buddhismu měli vědět, tato praxe je základ pro nirvikalpa dhjána, pro poznání bez konstrukcí. My, jestliže poznáváme, už poznáváme na základě mentálních konstrukcí. My si vytvoříme konstrukci toto je dobré, to se nám líbí, to chceme, to je zlé, to se nám nelíbí, to nechceme a vlastně **než** něco poznáme, už **máme** jednostranný pohled na věc, kterou vlastně ještě neznáme. Protože nám chybí dlouhý proces praxe upékša, který je automaticky napojen na satisampadžaňňa. A automaticky napojen na stav bezúsilné pozornosti. To neznamená, když máme bezúsilnou pozornost, my nemůžeme běhat, my nemůžeme rychle reagovat, my nemůžeme i s lidmi se hádat, ale my to vidíme jako ve stavu zdravého rozpoložení mysli. Čili se můžeme i angažovat, aniž bychom ztráceli vyrovnaný stav. To je **dozrávání** upékša. Dozrávání bezúsilné pozornosti.

A jestliže studujeme mahájánové učení, pak je totéž dozrávání pochopení nedualistického přístupu k našemu poznání. Nedualistický přístup k poznání z hlediska mahájánového pochopení nemůže existovat bez hluboké praxe upékša, která vede k bezúsilné pozornosti.

I v théravádovém buddhismu též všechny tyto znalosti vlastně navazují na poznání, které je vysvětleno v théravádovém buddhismu a samozřejmě též Abhidharmakóša, Sarvástiváda[307]. Upékša je na to, aby, jak např. Abhidharmakóša vysvětluje, je na to, aby odstranila ágháta. Co je ágháta? Ágháta je stav iritace. Protože jsme iritovaní, my buď ulpíváme na pocitu anebo se zlobíme na pocit. Když ulpíváme na pocitu, nebo se zlobíme na pocit, tak ztratíme celek. A když ztrácíme celek, z toho je iritace. To je též vlastně napojení na holistickou medicínu, která říká to samé, ovšem z aspektu zdraví. A matka zdraví je samozřejmě srdce, matka zdraví je mysl.

A teď se podíváme na to, jak věci vysvětluje náš text. Já se budu zabývat jenom těmi nejdůležitějšími pasážemi. Kumáradžíva vysvětluje, že abychom začali praxi upékša, nedáváme speciální pozornost, to je vlastně úsilí, podle mahájánové filozofie Buddha se stává buddhou, když jeho pozornost mizí. Buddha nepotřebuje pozornost. On jenom jako zrcadlo reflektuje věci tak, jak jsou. To je mysl Buddhy. My nejsme buddhové, proto nejsme schopni reflektovat věci tak, jak jsou. A protože nejsme schopni reflektovat věci tak, jak jsou, jak text říká, my dáváme obzvláštní pozornost buď vůči utrpení anebo vůči štěstí. My se chceme zbavit utrpení, chceme dosáhnout štěstí.

Ale ovšem, když dosáhneme štěstí, jsme veselí, šťastní, ale toto štěstí, říká text, je jako malé, nevyvinuté dítě. Jestliže takové dítě je rozmazlené, tak nebude mít žádnou disciplínu a bude příliš těšit s příjemného pocitu, bude trpět, když bude mít nepříjemný pocit. A to je nezdravý

[307] Sarvástiváda (sabbatthiváda): škola, která se odštěpila od sthaviravády v době císaře Ašóky. Její zásadní tezí je, že „všechno existuje“ (sarvamasti, sabbamatthi), minulost, přítomnost i budoucnost, a to zároveň v současnosti. Sarvástivádinové stojí na přechodu mezi hínajánou a mahájánou. Měli svůj kánon psaný sanskrtem, ale dochoval se jen částečně v překladu tibetském a čínském. Základními spisy jsou Abhidharmakóša Vasubandhua Mladšího a Mahávibháša sepsaná pod redakcí Vasumitrovou. Ustanovili si na pětasedmdesát různých dharm, jsou sestavené (sanskrta, sankhata) a nesestavené (asanskrta, asankhata), ale ty jsou jen tři, a to ákáša (ákása), apratišthitanirvána (appatitthitanibbána) a pratišthitanirvána (patitthitanibbána). Sarvástivádinové bývají zváni též vaibhášikové podle jejich spisu Mahávibháša, Velký komentář, který je vskutku sumou učení původního buddhismu. Čínský poutník I-ťing je nazývá „vznešená základní škola hlásající, že všechno existuje“ (árjamúlasarvástivádanikája) a tvrdí, že byli rozděleni na čtyři sekty.

stav. Z hlediska medicíny, jestliže se příliš radujeme, tak to působí negativně na srdce. Jestliže jsme příliš depresivní, smutní, to působí negativně na plíce, to působí negativně na játra. A ztrácíme vyrovnanost. Takže jestliže se chceme vyrovnat této nevyrovnanosti, potřebujeme pevnou praxi pochopit výhody praxe upékša a pevně se zakotvit v této praxi. A jak už jsem se zmínil, zakotvení v této praxi je též zakotvení v praxi uvědomělé pozornosti.

Takže praxe upékša je především praxe samatha. Samatha znamená, že my jsme si **vědomí** těch rozdílů mezi bytostmi a věcmi, ale vůči těmto rozdílům my nemáme jednostranný názor. Musí být takhle a jenom takhle. To znamená, že máme jasno, ale nelpíme na tom. My můžeme mít jasno a lpíme na tom. Zase ztrácíme stav rovnováhy. Ten, kdo praktikuje upékša, má jasno, ale neztrácí stav rovnováhy. Proč? Protože žije v rovnoměrném stavu. A jestliže tam něco přidá, ví, co tam nesedí, ví, že něco není v pořádku. Jestliže něco ubere, co by tam mělo být, ví, že něco není v pořádku.

… Jak říká Arahavibhanga[308]: Z ničeho není povznesen, nic nesnižuje a neulpívá na tom, na čem lidé bez moudrosti ve světě, na slovech, na kterých ulpívají.

On na tom neulpívá, protože nic nezvětšuje a nic nezmenšuje. Prostě je to tak. A to je stav upékša. To je spojení upékša s moudrostí. Metta, karuna, mudita je též stav moudrosti, ale za předpokladu, že chápeme důležitost upékša. Jestliže nechápeme důležitost upékša, metta bude vést k ulpívání. Jestliže nechápeme důležitost upékša, karuna – soucit, bude vést k depresi, když se zabýváme utrpením, budeme mít depresi. Jestliže se budeme věnovat bez upékša radosti, tak euforie, euforie je též nezdravý stav. Přílišné radování, hihihihi, též žádný stav rovnoměrnosti.

Čili ty předešlé zdravé stravy můžou jedině dozrát na základě upékša. Podle Visuddhimagga praxe čtyř metta vihár je jako matka. Matka, dobrá matka, když se dítě narodí, ví že dítě bez ní nemůže žít, no tak má soucit, dá mu lásku – metta, dá mu, co potřebuje. Když dítě je nemocné, pomůže mu, aby bylo zdravé, to je soucit. A když dítě roste a může se svým vzděláním být víc samostatné, tak má z toho radost. A když se osamostatní, tak ho nechá a neulpívá na něm. To je zdravá matka. Vzorná matka. A to dítě ví, že když matku potřebuje, je stále k dispozici, protože má zkušenost těch předešlých dobrých vlastností, lásky, soucitu, radosti. Tak má jistotu a je zdravé dítě.

Takže zdraví, ať v našich vztazích, tak i ve vztazích v rodině vlastně dozrávají na základě upékša. Jestliže tam upékša není, my máme lásku, ale nedozraje. My máme soucit, ale nedozraje. My máme radost, ale nedozraje. To je, jak upékša prohlubuje všechny ostatní pozitivní stavy. Proto je též úzce spojená, často v Abhidharmě po prašrabdhi přijde upékša. Prašrabdhi, jak už jsme řekli, je stav jasnosti a odpojení, který je spojen s lehkostí, s flexibilitou, s přímostí a se schopností dělat věci tak, jak třeba. To všechno je na základě balance mysli. Jestliže tu balanci mysli ztratíme, určitě ji ztratíme na základě ulpívání na pocitech. Je důležité pochopit podle buddhismu, my vyrábíme karmu, ať už pozitivní či negativní na základě pocitu. Tam kde nejsou

[308] Arahavibhanga sutta: 139. sutta z Mádždžhima nikáji. Více viz Slovník

pocity, není karma. A jak jsme vysvětlili předtím, buddha neznamená, že nemá pocity, má jasné pocity, ale neulpívá na nich. Proto je buddha.

A jestliže někdo chce praktikovat cestu bódhisattvy, cesta bódhisattvy je vlastně cesta **nevyhýbání** se pocitům. A tato cesta nevyhýbání se pocitům je též cesta, jak už jsem se zmínil dříve a bude to znova a znova přicházet v našem textu, to je cesta čeho? To je cesta kontemplace nejvyšší pravdy, ať už ji nazveme jako nejáství, nejáství je objektivní nebo ať už ji nazveme jako tělo Dharmy, ať už ji nazveme jako stav věcí tak, jak je. Je to stav, který nemá místo na ulpívání na pocitech. Jelikož díky ulpívání na pocitech my vyrábíme karmu, v naší továrně mysli a na základě karmy a na základě pocitů my pak fabrikujeme realitu. Tato fabrikovaná realita, té se říká sansáro. To neznamená, že my nežijeme v samsáře, ale my žijeme v sansáře s upékša. Upékša, jak už jsem se zmínil, znamená pozorovat zblízka, nepozorovat zblízka je nepozornost. Nepozorovat na základě já. Co znamená nepozorovat na základě já? Každý má nějaké, ale vidět to já s odstupem. To je právě ta satisampadžaňňa. To je cesta bódhisattvů. To je bódhi. My žijeme v karmě, ale **neidentifikujeme** se s tou karmou. My žijeme v samsáře, ale neidentifikujeme se s tou sansárou. My žijeme v pocitech, ale neidentifikujeme se v těch pocitech.

Proto získáváme zdravou rovnováhu. Zdravá rovnováha znamená vyrovnaný stav. A účel buddhistické cesty není nic jiného právě, stejně tak jako účel v holistické medicíně, je vyrovnaný stav. My praktikujeme, abychom získali vyrovnaný stav. Ten můžeme získat jako mniši, můžeme ho získat jako laici, můžeme ho získat jako sámanéra[309], můžeme ho získat v jakémkoli stavu. Ale jestliže praktikujeme vyrovnaný stav, praktikujeme správně. A to je to, co se vlastně též snaží tento text vysvětlit.

Kromě toho, jak už jsem se zmínil, praxe metta, praxe karuna, praxe mudita závisí na *adhimókšiki manasikára* (46:26), to znamená na pozornosti dané pevným rozhodnutím. To jsme se učili. Praktikujeme metta, tak my se rozhodneme, že všechny bytosti, jelikož mají potenciál štěstí, už jsou ve stavu štěstí. A my kontemplujeme bytosti ve stavu štěstí. Protože jsme se tak rozhodli. Jestliže soucit, tak jsme se rozhodli, že všechny bytosti trpí a my je kontemplujeme ve stavu utrpení a bereme jejich utrpení vlastně jako naše. No, ale jestliže máme samádhi soucitu, my bereme jejich utrpení jako naše, ale netrpíme. Protože my jsme ve stavu balance. Stejně tak, jestli máme metta, my bereme všichni, že mají stav štěstí, ale my nemáme žádnou euforii, protože jsme ve stavu balance, ve stavu rovnováhy. Když ji opustíme, no tak to není metta. Jestliže praktikujeme radost, mudita, my se radujeme, ale neopouštíme stav rovnováhy. Pak je to mudita. A když praktikujeme upékša, tak tyto pozitivní stavy rostou v jeden vše-zahrnující pozitivní stav a to je odpojení se od pocitů. My cítíme, ale odpojujeme se zároveň od pocitu. To znamená, že si můžeme dovolit, jestliže jestli chceme praktikovat cestu bódhisattvy, můžeme si dovolit se radovat, můžeme si dovolit být smutní, můžeme si dovolit sdílet jakékoliv pocity, ale my je bereme jako něco, co je vytvořené v jisté situaci, a

---

[309] sámanéra, šrámanéra: novic. Více viz Slovník

když ta situace pomine, tak to mizí. A tím pádem můžeme pomáhat sobě, že se učíme z utrpení a štěstí druhých, z radostí druhých, ale zároveň my je prožíváme ve stavu rovnováhy.

A to je cesta bódhisattvů. Cesta *samatha*. Cesta rovnosti. A klíč k této cestě je právě to základní poznání, jak už jsem se zmínil, naše štěstí nezáleží na nás, ale záleží na naší karmě, naše neštěstí nezáleží na nás, ale záleží na naší karmě, to je objektivní. Ať chceme to změnit nebo nechceme, změnit to tolik, aby ta bytost byla šťastná, ale ona stále šťastná nemůže být. Protože ani štěstí, ani neštěstí není žádný objektivní, trvající stav. Jestliže to pochopíme, můžeme prožívat pocity, oddálení se od pocitů a potlačování pocitů je též stav nezralosti. Přijmutí poctu, ale neplavání v pocitech, je stav zdraví.

Jak už jsme se zmínili, my praktikujeme metta, abychom se zbavili hněvu. My praktikujeme soucit, abychom se zbavili násilí. Hněv, násilí je na základě nesprávného názoru, jak jsme říkali, v mahájánovém učení Nágardžuna tvrdí, že my praktikujeme metta a karuna, abychom se zbavili nesprávného názoru. To též dává smysl. Protože nesprávný názor je na základě chtíče. My nemůžeme mít nesprávný názor, pokud nemáme chtíč. Takový stav neexistuje. Nesprávný názor v tom smyslu, že ten názor škodí nám i škodí druhým. Takový názor je nesprávný. Názor, který prospívá nám a prospívá i druhým, to je správný názor. A aby ten názor prospíval nám a prospíval druhým, musíme mít moudrost. Ta moudrost je právě na základě pochopení důležitosti rovnováhy.

Takže my praktikujeme metta, abychom se zbavili zlosti, praktikujme soucit, abychom se zbavili násilí, praktikujeme radost, abychom se zbavili nudy a deprese. A praktikujeme upékša, abychom se zbavili **všech** nezdravých pocitů. Jak chtíče, tak i zloby. Metta odstraňuje zlobu, radost ve smyslu mudita odstraňuje zlost, jak už jsme se zmínili je napojena nejúžeji na praxi kšánti – tolerance, přijetí. A praxe upékša nás zbavuje všech negativních tendencí, protože všechny negativní tendence jsou stav nerovnováhy. Jsou nezdravým stavem.

Jak už jsem se zmínil, ti kteří poslouchají Kumáradžívu, jsou mniši tady a tak on se vlastně obrací k mnichům. Jelikož mluví k mnichům a mnich by měl být ten, který je schopen přijímat i nepříjemné věci, tak právě proto, že já jsem mnich, moje vědomí, moje mysl může tolerovat nepříjemné pocity. Může tolerovat to, co jiné lidi přivádí do zloby. Jestliže jsem skutečný mnich, měl bych takto jednat.

A teď text vysvětluje, že ten, kdo praktikuje, chápe, že vlastně to, co bude prožívat, závisí na jeho pozornosti. Když bude slyšet v sútře, Kumáradžíva je též, kromě jiného, překladatel sútry bódhisattvy esence země, která má nejobšírnější popis všech různých pekel. Jak se bytost bude identifikovat s těmito stavy těch lidí, kteří trpí. Pak si vizualizuje Buddhu, který prožívá slast osvobození a prožívá to s ním. Ale prožívá to, jestliže je moudrý, prožívá to ve stavu upékša. Bálapandita-sutta[310] vysvětluje, že veškeré negativní stavy patří hlupákům. Pandita – rozumný člověk, tomu tyto stavy nepatří. Proč? Protože to neznamená, že netrpí, že nemá utrpení. Ale prožívá toto utrpení ve stavu vyrovnaného vědomí. Proto je moudrý. To neznamená též,

[310] MN 129. Online anglicky.

jestliže žijeme ve světě, žijeme v rodině, žijeme ve vztazích, atd., tak musí mít nějaké ulpívání, protože žije ve vztazích. Jestliže žijeme ve vztazích, nějaké ulpívání tam musí být. Ale prožívá ho ve stavu rovnováhy.

A všechny stavy, samsárické stavy jsou vlastně stavy buď radosti anebo stavy utrpení. Všechny tyto stavy, ať už jsou stavy radosti nebo utrpení, moudrý muž prožívá ve stavu rovnoměrnosti, ve stavu rovnováhy. A rozdíl mezi bála a pandita, mezi hlupákem a moudrým mužem, je, že my hlupáci je neprožíváme ve stavu rovnováhy. My je prožíváme ve stavu opičí mysli. A protože ve stavu opičí mysli, tak my se zapojujeme na naše předky. 😊 Těch vlastně mnoho buněk, které nás tvoří, to jsou buňky našich předků. A jestliže i tyto buňky našich předků prožíváme ve stavu rovnoměrnosti vědomí, jsme též pandita. Též žijeme životem, který má harmonii. Nezdravý stav je opuštění harmonie. A harmonie patří celku. To, co vyvádí z harmonie, celku nepatří.

A upékša, ze všech těchto pozitivních stavů je ten stav, který má nejužší vztah k celku. Protože, jak už jsem se zmínil, upékša je na základě poznání objektivity Dharmy, objektivity karmy. Tato objektivity je, ačkoli je nad naše pochopení v detailu, my její existenci můžeme přijmout a pochopit. A přijmeme a pochopíme právě na základě praxe upékša, satisampadžaňňa.

Teď vidíme na také na tomto textu, jak Kumáradžíva je schopen přetvářet ve Visuddhimagga, moudrá mysl je srovnávána s moudrou matkou, která ke svému dítěti, drahému dítěti, když potřebuje lásku, tak dá lásku, když potřebuje soucit, dá mu soucit, raduje se, kdykoli on se raduje, správně raduje. A když se osamostatní, tak se od něj odpojí. A to je Visuddhimagga, tady je to otec, moudrý otec. Moudrý otec je ten, který považuje všechny bytosti jako své syny, vlastní syny. A vůči nim stále vyvíjí lásku a soucit. A přeje si, aby získali veškeré štěstí ve světě a přeje si, aby získali vše, co on je schopen získat. Když jeho syn nebo synové (v čínštině nerozlišujeme jasně singulár od plurálu), dalo by se to též přeložit jako synové, protože toto přirovnání Kumáradžíva jako překladatel, toto je snad jeho nejúspěšnější dílo, překlad Saddharmapundaríka, Lotosové sútry a tam je známé přirovnání ztraceného syna. Ztracený syn má velké bohatství a není si vědom, že má tak velké bohatství. A ve světě vandruje a dělá všechno možné. A teď otec, moudrý otec používá veškeré prostředky, které má k dispozici, aby ho získal pro pravdu. Aby pochopil, že vlastně má neskutečné bohatství, kterého si není vědom.

A stejně tak praxe brahmavihár je – Kumáradžíva vysvětluje – všichni mají potenciál štěstí, všichni mají to, z čeho se můžou radovat, protože stav buddhy je objektivní stav. Co my prožíváme, to je vlastně subjektivní stav. A bytosti nakonec trpí všichni, jakmile se narodíme, narodíme se s tělem, které trpí. Ale mysl, která v tomto těle bydlí, trpět nemusí, jestliže získá moudrost. A základ této moudrosti je právě odpojení se od ulpívání na pocitech. Bez tohoto odpojení na ulpívání na pocitech my můžeme získat mnoho, mnoho znalostí, ale nezískáme vyrovnanost. A vyrovnanost je to nejvyšší štěstí. Protože ta se nedá otřást. Všechno ostatní se dá otřást. Přijde katastrofa, je to otřesení, přijde hluboký stav s ulpíváním, je to otřesení, ale

stav rovnováhy, jestliže je skutečný se otřást nedá. Protože je založen na pravdě. A pravda je právě to, co je objektivní.

Moudrý muž cítí s bytostmi vše, co ony cítí, ale cítí to ve stavu rovnováhy. Proto se stává moudrým. A proto jeho schopnost být užitečný sobě i užitečný druhým, stále roste. To je praxe bódhisattvy.

Jak už jsem se zmínil, pozornost v praxi metta, pozornost v praxi soucitu, pozornost v praxi radosti začíná vlastně *adhimókšikí manasikára*, pozorností na základě pevného rozhodnutí. Ale pozornost ve smyslu upékša může začít na základě pevného rozhodnutí, protože ještě jsme té moudrosti nedozráli, no tak začínáme tím, že si vizualizujeme neutrální osobu a kontemplujeme o tom, že její štěstí a její utrpení závisí na její karmě, ale když tento stav v nás začíná dozrávat, stav objektivování na základě nejáství, pochopení nejáství, pak se stává moudrostí. Moudrostí čeho? Moudrostí prožívání pocitů s odpojením. Obzvláště jestli chceme praktikovat cestu bódhisattvů, my se nestraníme prožívání pocitů. My prožíváme pocity, ale s odpojením. S moudrým odpojením na základě rovnováhy.

Tattva manasikára, to je důležité rozdělení, obzvláště v severním buddhismu. Jestliže později budete studovat jógáčáru, je to vlastně nejdůležitější rozdělení, abychom se stali skutečnými askety jogíny, musíme mít mistrovství jak v pozornosti na základě rozhodnutí, tak i pozornosti na základě faktu, na základě skutečnosti tak, jak je. Jestliže ovládneme tyto stavy pozornosti, ovládneme dharmu. A to se právě stává možné praxí upékša. Dozráváním upékša.

A jestliže praktikujme cestu mahájány, co to znamená? Jak sútra Alamkára[311] - Asanga vysvětluje krásně, právě stav nejáství, pochopení nejáství jako objektivního stavu je pochopení samatha, je pochopení rovnoměrnosti, rovnoměrnosti všech jevů. A pochopení rovnoměrnosti všech jevů je **základ** praxe bódhisattvů, která jak Nágardžuna, Asanga, všichni učitelé mahájány tvrdí, že samsára a nirvána jsou stejné. Na základě stejnosti nejáství. Stejnost nejáství je možno interpretovat, a sluší se to tak interpretovat, jakožto **nerozdílnost** mezi sansárou a nirvánou. Protože nejáství je jediný objektivní stav. A nejáství je stav harmonie, je stav vyrovnané mysli. A tento stav, je též stav praxe, jestliže chceme pochopit mahájánovou praxi, praxi bódhisattvů, je napojován v traktátech mahájány na *nišprapaňča*[312] Co je základ nedualistického poznání? Praxe nišprapaňča. To znamená praxe, která je **prostá** od rozšiřování reality na základě našich individuálních pocitů a konceptů a konceptualizace na základě individuálních pocitů. To je *prapaňča*[313].

My vlastně rozpínáme do nekonečna naši individuální realitu na základě chtíče. Anebo na základě nelibosti. Nelibost též pochází z chtíče. Proto Buddha tvrdí, že veškerá negativita pochází z chtíče. Protože nejhorší negativita je zlost, nenávist, ta též pochází z chtíče. Bez

---

[311] Mahájána-sútrálamkára-káriká (Verše o ornamentu mahájánových súter) je významné dílo buddhistické filozofie připisované Maitréjanáthovi. Více viz Slovník
[312] nišprapaňča: to, co nepodléhá.
[313] prapaňča, papaňča: sféra subjektivního světa a jeho projevy v souvislosti se šesti smyslovými oblastmi, tedy zásadní překážka na cestě k procitnutí.

chtíče nemůže nenávist vyvstat. A chtíč vyvstává na ulpívání na příjemném pocitu, nenávist vyvstává s ulpívání na nepříjemném pocitu. A toto ulpívání vede k stavu utrpení a stavu přerozování na základě karmy, ne na základě moudrosti. Praxe bódhisattvů je praxe nenásilného růstu, nenásilného zrozování na základě rovnováhy. Na základě pozitivity. Ta pozitivita může jedině růst na základě praxe upékša.

A praxe upékša vysvětluje praxi meditace na čistotu. Proč? Jaké je spojení? To je důležité pochopit. Protože to nejčistší, co v sobě máme, to jsou právě tyto stavy zdravých pocitů. Zdravé lásky, zdravého soucitu, zdravé radosti, bez ulpívání. A to, tento stav prožívání pocitů bez ulpívání vede k mistrovství v meditaci. Mistrovství meditace je na tom založené.

A právě proto, po pochopení čistého, přichází pochopení, hlubší pochopení praxe *arúpa*, praxe kontemplace bezforemna. A samozřejmě, nirvána též je … praxe bezforemna je praxe bezforemna, která je na základě jisté manipulace vědomí. Ale praxe osvobození je praxe bezforemna na základě ne-manipulace vědomí. Na základě bez-úsilné pozornosti. Bez-úsilná pozornost vede k mistrovství pozornosti. A mistrovství pozornosti je stav buddhy, je pozornost bez pozornosti. Pocit bez pocitu. Konceptualizace bez konceptualizace.

Proto jak Khema sutta[314] učí, nikdo nemůže změřit Buddhu. Protože Buddha má radost a je nad radostí, má strast, ale je nad strastí, má štěstí, ale je nad štěstím. Proto se nachází v nezměrnu. A na pochopení tohoto nezměrna, této dimenze bez nad-dimenze je právě nejpříznivější hluboká praxe čtyř brahmavihár s pochopením upékša.

A pro dnešek skončíme tady. A příští týden se budeme zabývat meditací na čistotu a přejdeme na kontemplaci mysli, která se soustředí na bezforemno. Pak půjdeme dál.

Jsou nějaké otázky?

> Otázka: Co týká kšánti a upékša. Jaký je mezitím rozdíl, mně to přijde téměř jako synonyma.

Odpověď: Mají samozřejmě blízký vztah, ale není to samé. Kdyby to bylo to samé, tak nemáme na to dvě různá slova. Upékša je stav vyrovnanosti, který vlastně nepřipouští ulpívání na pocitech. Jestliže praktikujeme upékša, praktikujeme tento stav. Jestliže praktikujeme kšánti, důraz je na přijetí utrpení, není důraz na přijetí radosti, je důraz na přijetí utrpení. Je to moudré přijetí utrpení. Ale nemluví se o radosti, mluví se pouze o utrpení. Přijetí nepříjemností, když na nás někdo plive, my se nezlobíme, když nás někdo chválí, tak my z toho nemáme velkou radost a nedělá nám to obzvláště dobře a nehledáme to. Obzvláště my jsme schopní tolerovat dharmu. A tolerovat dharmu zde znamená především tolerovat nepříjemné situace. Kdežto upékša je daleko širší, upékša též znamená, když je štěstí, tak na něm neulpívám, když je

[314] Khema Sutta: Viz Slovník

radost, tak se příliš neradovat, to nezahrnuje ale kšánti, praxi kšánti. Praxe kšánti zahrnuje pouze přijetí nepříjemného. Tak já to chápu.

Právě proto praxe kšánti vede k praxi vírija. Jelikož máme kšánti, my můžeme praktikovat *sanjakpradhána, sammappadhána*[315] - správné úsilí. Ale upékša je vlastně odpojení se jakéhokoliv úsilí. Proto je to vlastně dozrání moudrosti. Moudrost zraje, ale dozraje ve stavu upékša. A k tomuto stavu samozřejmě potřebujeme praktikovat kšánti. Bez toho to nejde. Ale kšánti ma oproti upékša daleko omezenější význam. Proto osmičlenná střední cesta, poslední je upékša. Jestliže se staneme buddhy, ať už žáky buddhy nebo perfektními bódhisattvy buddhy, bude to stav plné rovnováhy. To znamená, že nejenom tolerujeme nepříjemné stavy, ale my též zůstáváme ve stavu absolutní rovnováhy ve všech stavech. Bez výjimky.

Čili ten prostor je daleko širší. Upékša se vztahuje na přijmutí negativních stavů. Bez přijmutí negativních stavů samozřejmě nemůžeme získat hlubokou praxi upékša. Ale v praxi upékša kralují, se dovrší všechny pozitivní jevy. Proto upékša nesmí chybět v žádném zdravém, pozitivním stavu mysli. Ale kšánti ano. Kšánti je párami, ale kšánti nepatří mezi *kusala čétasika*. Ale patří mezi párami. A je předpoklad, aby ty kusala čétasika měly pevný základ v té rovnováze. Který dozraje v té rovnováze. Rovnováha je stav arahata, je stav buddhy. Ale kšánti je důležité pro stav buddhy, ale to není dozrání stavu buddhy. Kšánti vede k správnému úsilí. A správné úsilí vede k radosti a radost vede k odpojení, odpojení k samádhi a samádhi k upékša.

Co znamená samádhi? Samádhi znamená schopnost pokládat vědomí na objekty ve stavu rovnováhy. To vede k upékša. A upékša je význam osvobození. Co je stav arahata? Šat anga upekša. Stav samskára upékša vůči šesti smyslům. To je všechno, co máme. Vidíme, ale neulpíváme na tom, co vidíme. Slyšíme, ale neulpíváme na to, co slyšíme. Až po myslíme, ale neulpíváme na to, co myslíme. A kšánti sice k tomu vede, ale ještě to není perfekce. Upékša je dozrání. Kšánti vede k dozrání, ale není dozrání.

Tak předáme zásluhy a půjdeme každý zase podle své karmy. 😊

---

[315] sanjakpradhána, sammappadhána usilovná snaha, aby všechno neblahé v přítomnosti ustalo a v budoucnosti nenastalo. Jsou tu čtyři etapy: vyloučení neblahého, jeho překonání, rozvoj blahého a jeho zachování. Je to vlastně rozvinutí šestého článku ušlechtilé osmidílné stezky (árjáštángamárga, arijatthangikamagga), totiž správného úsilí (sanjagvjájáma, sammávájáma). (V. Miltner: Malá encyklopedie buddhismu)

Praxe kontemplace Čistého [šubhabhávana]

Kumáradžíva

Existují tři kategorie praktikujících čisté kontemplace: začátečníci, středně pokročilí a pokročilí[316]. Je-li praktikující začátečník, musí se naučit, jak proniknout kůži a odstranit nečistotu, a meditovat na kostru. Svou mysl upne na toto rozjímání a nenechá ji zabývat se vnějškem. Pokud přemýšlí o všech dalších vnějších objektech, opět svou mysl usebere a vrátí ji [k objektu meditace][317]. V případě středně pokročilého praktikujícího se musí naučit proniknout kůži a upnout mysl na lebku a nenechat ji bloudit vně. Pokud se jeho mysl zatoulá k jiným objektům, znovu ji usebere a vrátí [k meditačnímu objektu]. Pokročilý praktik odstraní jeden centimetr kůže a masa na svém těle a upne svou mysl na pět míst: vrchol lebky, čelo, prostor mezi obočím, špičku nosu a oblast srdce. Setrvává tam s myslí na (očištěné) kosti a nedovolí mysli, aby přemýšlela. Pokud jeho mysl bloudí po ostatních předmětech, usebere ji a vrátí ji zpět [k předmětu meditace]. Praktikující by měl svou mysl opakovaně střežit. Pokud se jeho mysl stane velmi unavenou, zanechá všech rozptýlených myšlenek a setrvá na [pěti] meditačních předmětech. Lze to přirovnat k opici připoutané ke sloupu. Běhala by celý den, ale protože je připoutána řetězem, [nakonec] se vrátí ke klidu.

Meditační objekt je zde jako sloup, bdělá pozornost jako řetěz a mysl je přirovnávána k opici, nebo ji lze také přirovnat k chůvě, která neustále hlídá dítě a nenechá ho upadnout[318]. Stejným způsobem střeží svou mysl i meditující, a postupně ji nutí, aby se zabývala samotným meditačním objektem. Pokud v něm mysl dokáže setrvávat delší dobu, měla by vyvstat dhjána způsob koncentrace. Po dosažení dhjánové koncentrace se objeví tři příznaky: Tělo [mentálních faktorů] se stane radostným, poddajným a lehkým (světlým). Kostra vyzařuje světlo podobné bílému nefritu[319]. Mysl dosáhne klidného příbytku. To je rozjímání čistého (o čistotě). Tehdy meditující dosáhl myšlenkové oblasti jemné formy.

Říká se jí praxe dhjány pro začátečníky. Jednobodovost mysli nastává, když soustředění dosáhne převahy a nadále setrvává na jednom místě, aniž by k tomu byla nucena. Když je mysl schopna setrvávat na bodu jednoho coule (v těle), všechny [nečistoty v podobě kůže a masa] budou odstraněny.

---

[316] Srovnej jcs A.K. 6. kap., verš 9d, Dwarikadas Sastri ed., 866, tr. Poussin: 150, také Mahavibhasa a Y.B.S. Všude je ádikarmika, krtaparičaja a atikrántamanasikára. Zde je poslední z nich přeloženo jako jiu xiu xing = pokročilý. Praktikující (ti, kdo dlouho praktikují). V Abhidharmakóši jsou tyto tři kategorie zmíněny v souvislosti s meditací kostry, gu suo guan.

[317] Srovnej s A.K. 6. kap., verš 10 tr. Poussin, 150-151.

[318] Srovnej V.M. tr. 131 s Mahāṭikou.

[319] Srovnej Mahávibhása 205, podle Vibhása 205. Toto rozjímání vede ke čtvrté dhjáně, která se používá k praktikování čtyř základů bdělosti, dokud není dosaženo arahatství.

Pokud meditující nedosáhne [kontemplace čistého], kontempluje pouze červenou kostru [s masem]. Když se mu to podaří, opustí červenou kostru a místo ní kontempluje holou bílou kostru, přičemž nedovolí, aby se objevily jiné myšlenky. Pokud jeho mysl rozptýlí jiné objekty, usebere ji a vrátí [k objektu meditace]. Jestliže se mysl očistí tím, že se zabývá kostrou, celé tělo bude z povrchu kostí vyzařovat bílou záři podobnou té, kterou vyzařuje slunce zářící za jasného dne. Když tato záře vyzařuje, lze ji jasně pozorovat, vidět mentálním okem. Díky síle této záře vidí obrazy koster [v jiných lidských tělech] stejně jasně jako objevování a mizení mysli a mentálních faktorů. Lze to přirovnat k vidění vody proudící v trubici z [průhledného] berylu[320]. V té době mysl spočine, neboť dosáhne štěstí, které se nedá srovnat s žádnými smyslovými požitky chtivého člověka.

Tímto způsobem meditující pozoruje vnější těla. Začíná rozjímáním o jednom těle, postupně rozšiřuje své rozjímání na mnoho těl, až se dostane k tělům celého kontinentu Džambudvípa, a opět od Džambudvípy zpět k jednomu coulu[321], dokud nedosáhne mistrovství.

To je metoda samádhi kontemplace čistého v nečistých [objektech].

A navíc je toto tělo jen holými kostmi pokrytými tenkou vrstvou kůže. Když je tak strastiplné, co je na něm příjemného[322]?

[320] Srovnej D.N. Sámaňňaphalasutta.

[321] Srovnej A.K. 6. kap., verš 10, tr.:150 nebo Mahávíbhá 205.

[322] Meditace ašubha má povahu ne-hněvu (alóbha), viz A.K. 6. kap., verš 11; vede k meditaci, a tak se nečistý objekt očišťuje. Viz A. K. 6. kap. verš 7. Srovnej V. M. Explanation of countersign tr. 130.

Bhante Dhammadípa

(18. část)

Začínáme novým tématem. A to nové téma vlastně nenajdete ve spisech jižního buddhismu nebo théravádového buddhismu nebo páli buddhismu, ale je specifické pro severní buddhismus. A je to jistá linka k tomu, co se vyvinulo později, nebo kdo ví jestli později nebo dříve, historie nás většinou často klame. Ale ty koncepty, které známe z praxe bódhisattvů vlastně najdeme jejich semena hlavně v severním buddhismu. V jižním buddhismu též najdeme filosofické opodstatnění, ale nenajdeme praktiky. Najdeme praktiky, které vlastně nás opravňují k tomu, abychom vzali tu nejvyšší realitu jako objekt meditace. V jižním buddhismu, pokud jsme sami nezakusili nirvánu, která je vlastně v jižním buddhismu jediné jsoucno, které není stvořené, v severní abhidharmě máme různá jsoucna nestvořená kromě jiného prostor též anebo uhasnutí ne díky moudrosti, ale uhasnutí díky příčinám, to je též vlastně jsoucno, které nebylo stvořené.

A v severním buddhismu vlastně už jisté tendence kontemplace nejvyšší reality, jakožto objektu meditace, po jisté krátké přípravě, existuje už ve spisech, které vlastně jsou objektem učení žáků – šrávaků, neboli posluchačů.

A náš spis, abychom si obnovili paměť, začíná meditací ašubha. Ašubha my můžeme přeložit jako to, co je nehezké, ošklivé, to, co je nepříznivé, to, co je nečisté, všechny tyto významy najdeme v ašubha a též *šubha*. Teď dnes budeme mluvit o meditaci šubha. To je meditace na to, co je krásné, to, co je čisté. V jižním buddhismu, zmínil jsem se, ve všech buddhistických tradicích, mám osm vysvobození. Třetí vysvobození je samozřejmě meditace na krásný, čistý objekt. Tato tradice je dobře dochovaná, já jsem se též tyto věci musel učit. A též první vysvobození, druhé vysvobození je na základě nečistých nebo nehezkých objektů. A to první je ten nehezký objekt, člověk vidí uvnitř a vstoupí do džhány, který je na objektu uvnitř. To je též vlastně spojené s praxí kasina (kritsja ájatana), krev bereme jako červenou kasinu, moč jako žlutou kasinu, kosti jako bílou kasinu a vlasy jako modrou nebo černou kasinu. A druhé osvobození je, že objekt džhány bereme ne uvnitř, ale venku.

A třetí osvobození, které jde do čtvrté džhány, proto není divu, že náš spis vysvětluje praxi metta na základě čtvrté džhány, protože čisté osvobození, osvobození na základe čistého objektu, je osvobození na základě čistého objektu ve čtvrté dhjáně. A samozřejmě metta, láska je ten nejčistší objekt, který máme. Ovšem můžeme ho realizovat ve čtvrté dhjáně jestliže jsme předtím čtvrtou dhjánu získali na základě jiného objektu. Většinou nezačínáme meditace metta ve čtvrté dhjáně.

A důležité je, v rámci vysvětlení meditace ašubha. Jsme se již zmínili, existuje v severní tradici, ve všech tradicích *ašubha* tzv. *saviňňána asubha* a *aviňňána asubha*. Saviňňána ašubha je ašubha na živém těle. Živé tělo je objekt meditace o nečistém. A pak též mrtvé tělo. Tomu se

říká aviňňánaka asubha, to znamená meditace na nečisté v těle, které nemá vědomí, čili mrtvém těle. A pak bylo též zmíněno, že asubha se dělí též na asubha a subha. Na základě asubha my praktikujeme subha. Na základě nečistého, ošklivého objektu my meditujeme na čistý, krásný objekt.

Jak meditujeme? Tím, že objekt převrátíme. A to je též tajemství meditace. Jestliže se staneme dobrými jogíny, my nejsme otroci naší konceptualizace a našich počitků, ale my si s nimi můžeme hrát. A podle našich potřeb my můžeme převracet to, čemu se říká hezký, čistý objekt, ošklivý objekt; zase ošklivý objekt, hezký objekt. A jak převracíme nečistý, nehezký objekt, ošklivý objekt v čistý objekt o tom jedná další kapitola. A toto převracení nečistého objektu v čistý objekt a rozprostření čistoty na všechny strany pak v severní tradici, a kořeny toho už jsou v praxi posluchačů, může být a bývá spojeno s kontemplací nejvyšší reality, čisté reality, která je reflektována všude. Tak jako např. Vimalakírti sútra[323] učí, že Buddha je jako měsíc, který se odráží ve všech tůních, v každém povrchu vody. A Buddha je, stejně to najdeme i v théravádě v Khema sutta[324] atd. Buddha je vlastně neuchytitelný.

Protože ty pocity a ty koncepty, které my chováme, Buddha je nechová. Ale Buddha je reflektuje. Buddha je reflektuje tak, jak jsou. Tak, jako měsíc reflektuje, odráží se všude, kde je místo. A místo na odrážení právě je vědomí, vědomí bytostí. A jakákoliv buddhistická tradice stojí na tom, že právě poznáním procesu vědomí, procesu myšlení a jedině tímto způsobem můžeme též poznat realitu nejvyšší. To, co nás dělí od reality nejvyšší je vlastně naše nepoznání toho, jak vědomí pracuje, jak mysl pracuje. Proto osmičlenná střední cesta, která je jediná střední cesta, její moudrost je moudrost správného názoru a správného myšlení. Správné myšlení je *sammá sankappa* je *vitarka*. *Sankappa* je synonymum *vitarka*. A *vitarka* je to, co nás uvádí k objektu. A my, abychom se uvedli do objektu, potřebujeme její službu. Nemůžeme praktikovat *vipassanu* bez *vitarky*.

Ale v případě Buddhy tomu tak není. Buddha prostě jen odráží. A právě proto jeho pocity, jeho koncepty jsou neuchopitelné. To najdeme též v théravádě. Proč jsou neuchopitelné? Protože jsou spojené s tím nejvyšším dobrem. S tou nejvyšší krásou. S tou nejvyšší čistotou. A právě proto zde je důležitost meditace na čistý objekt. Není náhodou, že po této meditaci na čistý objekt máme meditaci na arúpa dhjána, na bezforemné objekty. A jak uvidíme, tuto meditaci na bezforemné objekty spojuje Kumáradžíva s meditací na pochopení nejvyšší reality. Nejvyšší reality ve smyslu transcendentální moudrosti. Nejvyšší realita je ta realita, která se nedá dosáhnout, protože my chceme něco dosáhnout, tak jsme neúplní. Sice je to paradox, ale z hlediska nejvyšší reality, z hlediska transcendentální moudrosti je to pravda. Neúplnost je

[323] Vimalakírtinirdéša (někdy označovaná jako Vimalakírti sútra nebo Vimalakírtinirdéšasútra) je buddhistický text, který se soustřeďuje na laického buddhistického meditátora, jenž dosáhl velmi vysokého stupně osvícení, podle některých názorů druhého po Buddhovi. Sútra učí mimo jiné o významu nedualismu, učení o pravém těle Buddhy, o charakteristickém mahájánovém tvrzení, že zdání světa jsou pouhé iluze, a o nadřazenosti mahájány nad ostatními stezkami. Více viz Slovník

[324] SN 44:1. Více viz Slovník

vlastně neschopnost být plný. A ta plnost je daná. Protože nirvána je to nebo takovost je to, co se nezrodilo. A to, co se nezrodilo je tam. To, co se nezrodilo, je podstata učení o nejáství.

Nejáství dává smysl díky prázdnotě. Jestliže není prázdnota, nejáství nemůže dávat smysl. Protože jestliže elementy naší zkušenosti skutečně existují, pak prázdnota nedává smysl. Jak Árjadéva[325] říká: Jestliže budeme schopný potvrdit existenci jednoho objektu, existence všech objektů dává smysl. Ale my nejsme schopni z hlediska nejvyšší reality uchopit existenci jakéhokoliv objektu.

A to je brána pro tu nejvyšší čistotu. Dá se říci, že tato meditace na čisté je vlastně prostředek na čisté, které se dá uchopit, prostředek k pochopení čistého, které se uchopit nedá. A to je spojení právě této meditace na čisté a krásné s meditací na neforemné objekty v džháně, po jejich vysvětlení následuje vysvětlení meditací na čistý objekt. Tak se dnes podíváme, jak tato meditace na čistý objekt je vysvětlena.

V buddhistické tradici rozdělujeme meditující jogíny (Abhidharmakóša, Jógáčárašástra[326] atd., najdete to vlastně i v théravádě) na tři druhy. To neznamená, že toto rozdělení je nějak fixní, ale pomáhá, abychom pochopili, jak vlastně rosteme v procesu jógy.

Jestliže jsme začátečníci a těm se říká *ádikarmika*, tzn. my začínáme s činností meditace. Jestliže meditujeme na čistý objekt, jak meditujeme? V čínské tradici, podle sanskrtu též, rozlišujeme rudé tělo a bílé tělo. Rudé tělo je tělo, jehož kosti, které tělo nosí, jsou obklopené strukturou šlach, masa a kůže. Tomu se říká rudé tělo neboli rudá foremnost. A proti tomu máme bílou foremnost, což je vlastně struktura holých kostí.

A meditující se učí, začátečník v meditaci na čisté tzn. začátečník, který ale už prošel výukou šamatha, takže má dobrou koncentraci, se učí tím, že na jistých místech, které učitel určí, tato místa nejsou vždycky fixní, v jiných spisech najdeme jiná místa – koncentruje se na tato místa a vlastně mentálně oddělí z těchto míst kůži, maso, šlachy tak, že pozoruje jen tato místa jako holou kost. Tak je to popsáno v Abhidharmakóša.

V našem textu Kumáradžíva vysvětluje že začátečník oddělí z kostry to červené, to vnější a medituje na kostru. Abhidharmakóša vysvětluje, že těch deset meditací na různé mrtvoly, v různých stavech rozkladu, každá mrtvolka má svoji funkci. My meditujeme asubha, jak už jsme se zmínili, asubha čili meditace na nekrásné, meditace na ošklivé, stejně tak jako brahmavihármy, podle spisů žáků, nemůže vést k osvobození. Stejně tak, jako v případě metta, abychom použili metta k osvobození, musíme skombinovat meditaci metta se satipatthána meditací. Tedy satipatthána její základ je moudrost, je meditace moudrosti, satipatthána uvádí do vipassany.

Čili když meditujeme metta, to jsme vysvětlili, naše meditace ne základě a (23:48), na základě pozornosti i vůči objektům meditace ve smyslu rozhodnutí – adhimókša. My rozhodneme, že

[325] Árjadéva: viz Slovník
[326] Nejspíše Jógáčárabhúmi šástra.

bytosti mají potenciál radosti a meditujeme na tento potenciál, to jsme viděli, ať bytosti jsou šťastné nebo nešťastné, my meditujeme na štěstí. A proto je vidíme též šťastné.

Stejně tak naše tělo není ani krásné ani ošklivé, to co považujeme my za krásné, může být pro jiného ošklivé, to, co považujeme za ošklivé, může být pro jiného krásné, to všichni dobře víme. Čili není objektivní ošklivé. Mniši mají zakázáno meditovat na mrtvoly žen, protože též i mrtvola hezké ženy může vyvolat chtíč. Stejně tak pro ženu mrtvola hezkého muže může též vyvolat chtíč. Tak i mrtvola může být krásným objektem. Mnoho příběhů vysvětluje tento princip. Chtíč není racionální. Ale my považujeme chtíč za racionální, protože to je součást našich zvyků. A co je racionální a co je neracionální, to my soudíme dle našich zvyků.

A jelikož my rozhodneme, že ženské nebo mužské tělo je ošklivé, tak ho pozorujeme jako ošklivé. Meditujeme na něm jako ošklivé. Ale ono ve skutečnosti ošklivé není, přesto ty pěkné tvary zůstávají pěknými tvary. Ale my se chceme bránit chtíči, a proto i ty hezké tvary najdeme si cestu jak vidět v nich ošklivost. Abychom se zbavili chtíče. Protože chtíč vzniká pozorností na objekt, který se nám líbí, ne na objekt, který se nám nelíbí. Objekt, který se nám nelíbí v nás nenechá vyvstat chtíč. Jedině ten objekt, který se nám líbí. A ten objekt, který se nám líbí, my se ho chceme zmocnit. Protože jsme nepochopili princip nejáství. Ta krása nepatří nám!

Tedy na meditaci o nehezkém, o ošklivém, musíme vynaložit úsilí, musíme se snažit vidět v krásném ošklivé. Ve Visuddhimagga je krásný příběh, že mnich se prochází v lese a kolem něho jde krásná žena, která se na něj usmívá. A jelikož utekla z domu, měla nějaké hádky s manželem, tak viděla hezkého mnicha, koukala se na něj a pozorovala jeho hezké tvary asi a svůdně se na něj usmála. Mnich nereagoval, tak jde dál a za chvíli přiběhne její manžel a ptá se jestli neviděl jeho manželku, která tady právě prošla. A mnich povídá: Já žádnou manželku neviděl, žádnou ženu neviděl, ale nějaká kostra se tady hýbala kolem.

Samozřejmě ta kostra tam byla, protože on o ní meditoval. A stejně tak my můžeme hezké přeměnit v ošklivé, ošklivé přeměnit v hezké tím, že změníme styl pozornosti. No a to nejlépe děláme tím, že vlastně změníme meditaci na ty různé části těla, tomu se říká *saviňňánaka*[327] *asubha* na meditaci na kasina, na barvu. Bílá barva je krásná, utišující. Červená barva, jestliže vidíme červenou barvu v hluboké koncentraci je jako rubín zářící. Bílá barva se stane jako bílý jade[328], vyleštěný, bílý mramor. Líbivá barva. A teď meditující, který meditoval na ty části těla, které jsou nehezké, aby se nám líbily, musíme je brát v rámci celku. Jestliže je bereme odděleně od celku, nenajdeme nic, co je hezké. V rámci celku najdeme krásu. Když vezmeme jedno oko, nic nebude krásného, jeden zub, nic nebude krásného, jeden nehet, nic nebude krásného, kousek masa, nic nebude krásného. Ale v rámci celku se věci stávají krásnými.

Meditující tím, že zbaví bytost masa, vidí jen kostru, a když vidí kostru, soustředí se na bílou barvu. Jestliže budete číst Abhidharmakóša, tam začátečník začíná tak, jak jsem vysvětlil, na různých místech pak odděluje maso atd. od kostí a pak se soustředí na to jedno místo a bere

[327] saviňňánaka: živý, při vědomí.
[328] jadeit

to jakožto barvu. A tím pádem může získat hlubokou koncentraci, která jde do čtvrté dhjány. My se učíme kasiny, abychom získali čtvrtou dhjánu. A čtvrtou dhjánu na hezkém objektu. A ten hezký objekt může být brán v nehezkém těle. To se učíme. Jestliže bereme tento hezký objekt v nehezkém těle, vidíme ho jako část nehezkého těla, můžeme se dostat jenom do první dhjány. Ale jestliže ten objekt vidíme jako barvu, můžeme se dostat do čtvrté dhjány a do krásného osvobození. Stejný objekt, ale jak my ho vnímáme, záleží na tom, jak se k němu stavíme, jak o něm meditujeme.

Teď vysvětlení této meditace na krásné. Jestliže budete číst jiné spisy, je zase jiné. Tady začínáme kostrou. Abhidharmakóša vysvětluje, že existují čtyři druhy vášně, vášně vůči barvám, vášně vůči formám, vášně vůči doteku a vášeň vůči doprovodu.

Čtyři druhy vášně. Na každou vášeň se hodí jiná mrtvolka, meditace o jiné mrtvolce.

- Na vášeň o barvě se hodí meditace na nafouknutou mrtvolku, modrající mrtvolku, té se říká vimilaka.
- Na meditaci na formu se hodí vikšitaka, tzn. mrtvolka, kterou třeba šelmy rozkousaly.
- Na meditaci na dotek se pak hodí třeba meditace na tělo, které je konzumováno červy.
- A na doprovod, meditaci na doprovod, chtíč po doprovodu se hodí meditace na tělo, z něhož zbyly jen kosti a jsou rozházené kolem.

A Abhidharmakóša učí, že meditace na kostru se hodí pro všechny jogíny bez výjimky. Ať už máme chtíč na hezkou barvu, pěknou tvář, smějící se, nebo máme chtíč na dotek, měkkou formu, krásnou, máme chtíč na doprovod, máme chtíč na celost bytosti. Na jakýkoliv chtíč nejlepší odpověď je meditace na kostru. Jestliže pojede do jihovýchodní Asie ve většině klášterů visí vždy v meditační hale kostra. To je všeobecná meditace.

A stejně jako v našem spise vlastně meditující často začíná jakoukoliv meditaci pozorností na kostru a pozorností na smrt. Jak už jsem se zmínil, každý kdo se učí v théravádové tradici, než začne s vipassanou, se učí **čtyři ochranné meditace**. Což je:

1. meditace na nehezké
2. meditace na metta
3. meditace na smrt
4. meditace na Buddhu

Každá meditace je, aby ho chránila před překážkami, které vyvstanou v praxi vipassany. V praxi šamatha, než uspějeme v šamatha, jistě potkáme překážky. Bez překážek v ničem neuspějeme. Ale ve vipassaně ty překážky jsou ještě hlubší. A právě proto nutně potřebujeme se chránit podle situace.

A jelikož chtíč je základ všech ostatních vášní, všech ostatních zašpinění, právě proto náš spis začíná meditací na potlačení chtíče, což je meditace na nehezké, nečisté. Jestliže to chtíč vůči tomu, co považujeme za krásné, za čisté. Jestliže máme nechuť, tato nechuť též má zaklad ve chtíči. Když se zbavíme chtíče, zbavíme se i nechuti.

Meditující, tedy ádikarmika, začínající jogín, druhý ten, který není ani začátečník, ani ne mistr – tomu se říká *krita-paričaja*. To znamená, že má znalost meditace. Je s pozorností na meditační předmět obeznámen a může tuto pozornost kdykoli použít. Ale nestal se ještě mistrem této pozornosti. To je tzv. střední jogín. Ne mistr, ještě neovládl pozornost, ale je mistrem pozornosti. Dá se říci, že kdykoli tu pozornost potřebuje, přijde bez velkého úsilí. Začátečním musí vynaložit úsilí. Mistr nepotřebuje velké úsilí, protože si zvykl na danou pozornost.

A jestliže si zvykl na danou pozornost, pak by byl schopen, najdeme podobný princip v Abhidharmakóša též, pak by měl být schopen, jestliže se soustředí na hlavu, půlku hlavy zbavit masa, kůže, šlach atd. a druhou půlku hlavy vidět prostě jen lebku. To je důležitá praxe. A tato praxe ještě žije.

A též ve staré Číně mistři meditace takto praktikovali. V čchi-kungu se dodnes takto praktikuje, často. Jestliže někdy pojedete do Číny, ve městě Su-čou, což je jedno z nejkrásnějších měst v Číně, je chrám Cha-šana a v tom chrámu je socha legendárního mistra čchi-kungu, jogína a též doktora a učence – to je krásné na čínské civilizaci, že za starých dob, stejně jako v Řecku, být vzdělán je být mistrem všech možných disciplín, medicíny, muziky, šachu, literatury, čchi-kungu, kung-fu, bojových umění, to všechno stačili se učit za jeden život, protože nic jiného než tento výcvik oni nepotřebovali. A ten mistr, všichni ho znají jako čchi-kung mistra, tam je jeho socha a půlka hlavy je jakoby výraz rozzlobení a půlka hlavy se směje. Takové mistrovství pocitu, na základě meditace, na základě čchi-kungu, půlka obličeje se směje, půlka obličeje je rozzlobená.

A jak to dělat? Tady máme návod. Půlka obličeje pozoruje to, co se nám nelíbí, obličej je objektem rozdělen na půlku, půlka obličeje dává pozor na hezké, na čisté, půlka dává pozor na nehezké, nečisté. A jelikož máme mistrovství mysle, můžou se objevit skoro nebo prakticky společně. To ke mistrovství meditace. Kdykoliv potřebujeme, nehezký objekt, čistý objekt se může obrátit v nečistý, nečistý objekt zase v čistý. A tak se cvičí. Tak se cvičíme až se staneme to, čemu se říká *atikránta manasikára*, tzn., že jsme překročili nutnost pozornosti. Stali jsme se mistry jogíny, jestliže jsme překročili nutnost pozornosti. My spontánně reagujeme podle potřeb na čistý objekt, nečistý objekt a převracíme ho spontánně dle našich potřeb, čistý v nečistý, nečistý v čistý.

A jak se takovýto pokročilý jogín učí? Učí se tak, že odstraní jeden čtvereční centimetr nebo i méně kůže a pozoruje ten bod. A koncentruje se.

V Mahábháratě[329] je krásný příběh o Ašvatthámovi a Ardžunovi. Dróna áčárja, který byl učitel dvou klanů princů, Pánduovců a Kuruovců, učil je v bojových uměních, byli kšatrijové. Ašvatthámа byl žárlivý na Ardžunu, protože jeho otec stále věnoval pozornost jemu, není jeho syn, a skoro si nevšímal jeho, vlastního syna. A tak se zeptal otce, proč to děláš? Já jsem přece tvůj syn a Ardžuna není tvůj syn. A ty si stále všímáš Ardžuny a já jako bych tam nebyl.

[329] Wikipedie

A otec mu povídá: Dobře, já ti vysvětlím proč. Připrav se, budeme dělat soutěž princů, připrav terč, pověs kohouta na větev, na strom, a všichni do něj budou střílet. Tak všichni byli připravení a jeden po druhém střílejte! Ale kdy se zaměříte na terč, natáhnete tětivu, nevystřelte šíp, jenom mi řekněte, co vidíte. A jeden po druhém šli. A jeden říká: Vidím strom, větev na něm visí kohout. Jiný říká: Vidím větev na ní visí kohout. Jeden říká: Vidím špagát, na něm visí kohout. Jeden říká: Vidím kohouta. Ašvattháma říká: Vidím hlavu kohouta. Pak přijde Ardžuna a říká: Já vidím zornici ve středu oka kohouta. A Dróna se obrátí na něj a říká: A proto já dávám pozornost Ardžunovi, protože má tak silnou koncentraci.

A tak se cvičí v koncentraci. Z celku, z velkého, z kostry na půlku lebky, pak na různá místa, na pět různých míst[330], to jsou též důležitá energetická místa. A pak na ta energetická místa, odstraní tam to červené maso, vidí pouze barvu. A nakonec se soustředí mezi obočí. Energetické centrum mezi obočím, tomu se říká ádžňá čakra. A z tohoto centra pak vyzařuje, jelikož jak text píše, nejprve vidí kostry, začíná svojí kostrou.

Tak se učí dodnes v Barmě, musí projít tímto výcvikem. Nejprve svoji vlastní kostru, pak kostru všech, co jsou v meditační hale, pouze kostry. Pak všichni v té vesnici, kde se meditační centrum nachází, všichni kostry. Pak cokoli přijde, jenom vzpomínka na kohokoli, jenom kostru. A pak celý vesmír naplněn kostrami. Tak se cvičí a zase zpátky k sobě. A pak zlepší koncentraci a odhalí půlku lebky a druhou půlku lebky vidí jako celek s kůží a s masem. Druhou půlku pouze jako lebku, půlku lebky. A pak ta různá energetická místa a pak střed lebky – ádžňá čakra, mezi obočím. A z tohoto místa pak vyzařuje světlo na všechny strany.

V Číně je běžná meditace, zachovala se, pak z tohoto centra vlastně začíná vizualizovat různé sféry bódhisattvů, sféry čistých zemí. A zase po této vizualizaci čistého v nekonečném vesmíru, zase se vrací na ten jeden bod[331]. A zase roztáhne a zase se vrací.

Stejnou meditaci meditující provádí na základě kasin. Ti, kteří se učili meditaci na kasiny, též se učí jak na základě bílé barvy, kterou buď berou ve vlastním těle nebo venku, bílou květinu nebo bílý mrak nebo bílou stěnu. Nebo někteří začínají z bílým kotoučem. A mění pozornost zvenku na vnitřek, z vnitřku na venek. A pak ten mentální obraz bílé barvy nechává scvrkávat do jednoho bodu, pokud možno tak malý jako špička jehly. A pak zase roztáhne, aby ta bílá barva vlastně se rozprostřela do celého univerza.

Protože pro nás základ univerza je vědomí. Bez vědomí žádné univerzum nemůže být. Proto náboženství nebo duchovní disciplína a věda nemůžou být postavené na stejnou úroveň. Z hlediska duchovních věd, z hlediska náboženství nebo z hlediska Dharmy významem univerza jsou bytosti. Bez bytostí univerzum nedává žádný význam. A bytosti jsou ti, kteří univerzu význam dávají. To není vědecká perspektiva, to je duchovní perspektiva. A na základě

[330] Podle Kumáradžívy: vrchol lebky (temeno), čelo, prostor mezi obočím, špičku nosu a oblast srdce.
[331] Bhante na videu ukazuje mezi obočí.

této perspektivy my můžeme vytvářet čisté země, které patří a jsou neoddělitelné od nejvyšší reality, která je summum bonum[332] všeho dobrého.

Vlastně z hlediska nejvyšší reality veškeré ctnosti nemůžou patřit bytostem, protože bytosti nejsou skutečné. Veškeré ctnosti můžou jen a výlučně patřit realitě nejvyšší. Jelikož v realitě nejvyšší neexistuje nemorálnost, proto síla může dosáhnout perfekce **jen** na základě nejvyšší reality. Protože v nejvyšší realitě neexistuje lakomost, právě proto dána může uspět jedině na základě nejvyšší reality. Protože v nejvyšší realitě není žádná zlost, proto tolerance může jedině uspět na základě nejvyšší reality. Protože v nejvyšší realitě neexistuje lenost, může úsilí jedině uspět na základě nejvyšší reality. Protože v nejvyšší realitě neexistuje nekoncentrované vědomí, koncentrace může uspět jedině na základě nejvyšší reality. A protože nejvyšší realita nezná otupělost, proto moudrost může dozrát jedině na základě nejvyšší reality.

A jak se obrátit na nejvyšší realitu? Tím, jak uvidíme, právě že kontemplujeme na čisté a na neforemné. To není v rámci učení bódhisattvů, to též existuje, aspoň tedy v severní tradici, existuje též v učení žáků. Meditace na čisté, meditace na neforemné, může být spojená s technikou na pochopení nejvyšší reality. A toto pochopení nejvyšší reality, základ pro to je samozřejmě pochopením vědomí. Pochopením myšlení. Protože z hlediska buddhismu, to je stejné v jakékoliv tradici, všechny fenomény jsou obsažené v mysli. Mysl je, jak říká též Dhammapada, mysl je předchůdce všech fenoménů. A jestliže vidíme fenomény čisté, říká Dhammapada, pak nás bude následovat štěstí, jako stín, která nás nikdy neopouští. Jestliže budeme pozorovat fenomény nečistým vědomím, bude nás následovat utrpení – dukkha, tak jako vůz následuje kopyta vola. Tak jako ten, který mluví a který jedná nečistým vědomím, toho bude následovat utrpení strast tak jako vůz následuje vola. A ten, kdo mluví a jedná s čistým vědomím, toho bude následovat štěstí tak jako stín, který ho nikdy neopustí.

Takto se meditující učí koncentraci a koncentrace je srovnaná stejně jako ve Visuddhimagga s procesem podmanění si mysli. Stejně tak, jako si podmaňujeme divokého slona nebo opici, podmaňujeme si mysl. A jak si podmaňujeme mysl? Tím, že ji necháme spontánně zůstávat na objektu naší pozornosti. Ze začátku to není lehké. A když se to stane zvykem, no tak nepotřebujeme žádné úsilí. A pak jsme *atikránta-manasika*, pak jsme vlastně přeskočili úsilí v pozornosti.

Jestliže jsme přeskočili úsilí v pozornosti, jsme mistři meditace. Jsme nad meditací. My se učíme meditaci abychom byli **nad** meditací. Proč? Skutečná meditace je být nad meditací. Právě proto, že ta nejvyšší realita je nedosažitelná. To je transcendentální moudrost. A náš text spojuje tuto moudrost z hlediska transcendentální moudrosti s běžnou technikou, kterou používáme k dosažení meditace, k dosažení hluboké koncentrace. A účelem hluboké koncentrace je prodlévat v sukha, prodlévat ve štěstí tady, právě tady. Právě tady znamená bez úsilí. To znamená prožívání přítomnosti bez úsilí.

[332] Nejvyšší dobro (latinsky).

Text vysvětluje, že jestliže získáme tímto způsobem, zde meditací na čisté, dhjánu budeme svědky tří znaků. Naše tělo a naše mysl bude prožívat štěstí, bude, jak už jsme se zmínili, bude mít prašrabdhi, což znamená jasnost a uvolnění. Jestliže objektem naší koncentrace bude kostra, tak ta kostra bude zářit stejně tak jako bílý jadeit (ve staré Číně to byl symbol bohatství. Nejhezčí jadeity patřili právě císařské rodině). A mysl dosáhne šanta-vihára. Tady jsme v *šamtávána*, v lese klidu a mysl dosáhne prodlévání ve stavu klidu. Prodlévání ve stavu klidu je prodlévání bez úsilí. A prodlévání bez úsilí je též stav dhjány. Jestliže mysl se skutečně spojila s objektem meditace, tak pak my se trénujeme na to, aby to spojení bylo plně bez úsilné a to je prodlévání ve stavu štěstí, jasnosti, uvolnění, právě tady.

A to je vlastně úvod k poznání toho, jak bychom měli prodlévat ve stavu osvobození. To neznamená, že my nemáme nepříjemné pocity. My je máme! Ale ty nepříjemné pocity **neruší** stav klidu. Když nepříjemné pocity neruší stav klidu, stali jsme se jogíny, kteří jdou **nad** pouta pozornosti. A ten absolutní stav klidu je právě stav nirvány. Je právě stav nedosažení.

A text dále říká, než skončíme, což je důležité: Jestliže získáme schopnost, aby naše vědomí spočívalo na malém bodě, tedy tomu říkáme jeden malinký bod (čínský inč-bod, ten musel být menší než anglický inč). A jestliže můžeme odstranit, máme schopnost odstranit z tak malého místa odstranit všechny nečistoty, tak jsme vlastně získali přístup k této meditaci na čisté.

A tato schopnost nám dá možnost, jak už jsem se zmínil, meditace na čisté se pak dá roztáhnout. Tak jako z tohoto bodu, tak jako slunce svítí všude, tak z tohoto bodu vlastně meditující jogín prosvěcuje svět, prosvěcuje univerzum. A jestliže medituje na kostry, tak z tohoto bodu pak vidí veškeré bytosti jako kostry, zase se vrátí k tomuto bodu, z tohoto bodu může též mít vizualizaci různých bódhisattvů, různých čistých zemí. A zase se vrací do toho jednoho bodu.

A to je meditace, která se dochovala a byla dále rozvinutá, obzvláště v tantrické formě buddhismu.

A pro dnešek myslím skončíme. A příští neděli s meditací na neforemné objekty, za účelem získání džhány na neforemnost. A jak uvidíme, tato džhána v našem spisu je též spojená s meditací na tu nejvyšší realitu, na takovost.

Jsou nějaké otázky?

Mně by zajímalo, jmenoval jste Khéma suttu, kde je zmíněno…

Khéma sutta říká, že pocit a *saňňa* a *védana*, obzvláště *védana buddhi* je neuchopitelná. Protože nikde nepodlévá. Právě proto Buddha je též neuchopitelný. Už i v théravádě je vlastně tendence rozdělovat mezi Buddhou, jakožto konvencionální realitou a Buddhou jakožto nejvyšší realitou. „Kdo vidí Buddhu, vidí Dharmu, kdo vidí Dharmu, vidí Buddhu“. Ale když si přečteš komentář, tak ten to vůbec nevysvětluje. Ale jak je to pak vysvětleno právě v severním buddhismu. Jak vidění Buddhy se stává vidění Dharmy, vidění Dharmy se stává viděním

Buddhy. Ale Buddhaghósa nevysvětluje. A to je velice důležitá pasáž. Třeba to vysvětlil, ale nehodilo se to zrovna 😊, aby to sangha přijala, no tak to revidovali. Nevím. Já tam u toho nebyl. My nevíme.

> Já jsem právě nechápal tu souvislost mezi tím přirovnáním „odraz měsíce“ a tím, jak je Khéma suttě popisován Tathágata.

To máš i ve Vinaje, je jasně vysvětleno, když Buddha dosáhl probuzení, tak viděl nás všechny bytosti jakožto lotosové květy vnořené do bahna. Tak to je stejný úkaz. Jenomže jinak vysvětleno. Ale stejný úkaz, absolutně.

Tak dáme předání zásluh a pro dnešek toho necháme.

Praxe pohroužení do sféry neomezeného prostoru

Kumáradžíva

Chce-li meditující usilovat o pohroužení do sféry (neomezeného) prostoru, měl by uvažovat: "Tělesnost[333] [rúpa] je obdařena všemi druhy utrpení, bolestí z bičování, bití, řezání, zabití nebo zranění, utrpením z hladu, zimy, stáří a nemoci atd. Všechna tato utrpení jsou způsobena tělesností." Když takto medituje, nakonec se odpoutá a opustí tělesnost a dosáhne sféry [neomezeného] prostoru.

Otázka: Protože tělo praktikujícího je jen tělesnost, je to jeho tělo, jak se od něj oddělí a opustí ho?

Odpověď: Všechny nečistoty jsou způsobeny a podmíněny tělesností a také k ní mohou meditujícího připoutat. Zničení nečistot se nazývá opuštěním tělesnosti. Kromě toho se obvyklou praxí rozdělením tělesnosti a rozjímáním o prostoru [spojených dohromady] dosahuje osvobození od tělesnosti. Navíc, jak učí Buddha[334]: bhikšu by měl ve čtvrté dhjáně rozjímat o pěti agregátech jako o nemoci, vředu, boláku či trnu atd. Jsou nestálé, strastné, prázdné a zbavené jáství. Takové rozjímání opouští pět agregátů ze čtvrté dhjány. Jelikož ostatní [čtyři] agregáty následují po agregátu tělesnosti, je zde tedy zmíněno pouze opuštění tělesnosti. Proč? Protože tělesnost zcela zaniká [ve sféře neomezeného prostoru].

Když navíc meditující rozjímá o tělesnosti tak, že ji rozdělí na jednotlivé části, žádná tělesnost již neexistuje. Když se tedy tělo rozdělí na různé části, jako je hlava, nohy, ramena, paže atd., přestane být tělem. Podobně když se hlava, oči, uši, nos, jazyk, vlasy, kosti, maso atd. rozdělí na části, přestanou být hlavou. Oko je ve skutečnosti jen sestavou deseti bílých a černých [průhledných a neprůhledných] prvků tělesnosti, totiž čtyř velkých prvků (země atd.), čtyř objektů (barvy atd.) plus těleso a schopnosti oka[335]. Tato tělesná hmota se nazývá okem a přestává být okem, jakmile je rozebrána na své složky. Totéž platí pro zemi a všechny ostatní složky [hlavy, oka atd.]

Otázka: Oční schopnost se skládá ze čtyř prvků a není viditelná[336]. Jak se tedy bude analyzovat?

[333] Srovnej V.M. tr., 345-5
[334] Srovnej S.N. Khandhasaṃyutta Bodhi tr.: 916 , D.N.2: 110 atd. nebo M.N. Dhātuvibhaṅga tr.1092.
[335] Schopnost těla a schopnost oka jsou citlivostí =prasáda-rúpy v těle a oku. Viz A.K.B.
[336] Adaršana.

Odpověď: Čtyři prvky a tělesnost odvozená ze čtyř prvků v kombinaci s citlivostí (oka)[337] se nazývají oko. Bez těchto tělesných jevů oko neexistuje. Kromě toho, i když citlivost oka není viditelná, musí mít rozdělení [v prostoru], protože má [vlastnost] rezistence[338]. Protože má dělení, není to [jedno] oko. Navíc to, co je schopno vnímat tvary, se nazývá oko. Bez čtyř prvků a tělesnosti odvozené od čtyř prvků oko neexistuje. Kdyby oči nebyly schopny vnímat formy, byly by očima i uši. Protože oko je tělesný jev, musí být dělitelné, protože všechny tělesné jevy musí mít umístění a dělení (v prostoru)[339]. Pokud se dá rozdělit, bude očí mnoho. Kdybychom řekli, že jsou to atomy čtyř prvků a tělesnosti odvozené od čtyř prvků[340], které tvoří oko, nebylo by to jedno oko. Protože tyto složky nejsou očima, není žádné oko. Řekne-li se, že oko tvoří atomy, nebude také. Proč tomu tak je? Jsou-li atomy tělesné, znamená to, že mají deset směrů [v prostoru], a v takovém případě je nelze nazývat (singulárními) atomy. Nejsou-li tělesné, znamená to, že je nelze nazývat okem. Kromě toho je těleso atomů nutně obdařeno čtyřmi složkami, a to barvou, čichem, chutí a hmatem. Oko však tyto čtyři jevy nemá. Proč? Je to proto, že oko je zahrnuto do vnitřní sféry vnímání[341] a tyto čtyři (barva atd.) jsou zahrnuty do sféry vnější. Proto všechny atomy nemohou tvořit oko. Jak Buddha vysvětluje, když se všechny jevy spojí, aby bylo možné vidět barvu, představují oko. Neexistuje žádná pevně daná skutečnost [nazývaná oko]. (Skutečnost) ucha, nosu, jazyka, kůže, masa, kostí a dalších částí těla lze také takto rozdělit. Takto se rozkládají vnitřní [vlastní] tělesné vlastnosti.

Co se týče vnějších forem, jako jsou paláce, bohatství, manželka, děti a podobně, ty všechny lze rozdělit stejnou analýzou. Jak Buddha poučil Rádhu[342]: "Od nynějška bys měla zbořit a rozptýlit (skutečnost) tělesnosti, roztrhat ji tak, aby v současnosti žádná tělesnost neexistovala. Ten, kdo dokáže takto analyzovat tělesnost, tomu říkám opuštění tělesnosti".

Navíc, jak učí Buddha: "Když chce bhikšu opustit tělesnost, překročit všechny charakteristiky tělesnosti, uhasit všechny charakteristiky odporu, neuvažuje rozdíly v charakteristikách [tělesnosti], čímž vstupuje do sféry neomezeného prostoru"[343].

Překročení charakteristik tělesnosti se zde vztahuje na viditelný svět. Uhašení všech charakteristik odporu odkazuje na vlastnost odporu společně s neviditelnou tělesností. Nepřemýšlení o všech odlišnostech vlastností odkazuje k neviditelné, nerezistentní tělesnosti. Navíc [další vysvětlení]: Překročení vlastností tělesnosti odkazuje na barvy, jako je zelená, žlutá, červená, bílá, fialová atd. Zhašení všech vlastností rezistence se týká zvuků, vůní, chutí a hmatů. Nepřemýšlení o rozdílech v charakteristikách se týká velkého, malého, dlouhého, krátkého, čtvercového, kulatého, vzdáleného, blízkého atd. Takto se člověk vzdává všech charakteristik tělesnosti, aby dosáhl sféry prostoru.

---

[337] Čaksuprasádarúpa.
[338] Sapratigha.
[339] Srovnej Vimšatiká od Vasubandhu.
[340] Paramánu.
[341] Adhjátmikájatana.
[342] Srovnej S.N. Rādhasaṃyutta; scatter form demolish it (rozptýlit formu zbořit ji)..., tr. Bhikkhu Bodhi, 985.
[343] Srovnej např. M.N. tr., 457 nebo V.M. tr., 358.

Meditující dále nutí svou mysl, aby se zabývala vnitřními prostory ve svém těle, jako jsou ústa, nos, hrdlo, oči, uši, hrudní dutina atd. Uvědomuje si tělesnost jako trápení a prostor jako osvobození od trápení, a proto si jeho mysl prostor vychutná. Když mysl přebývá v tělesnosti, ale soustředí se na prostor, stává se flexibilní a postupně rozšiřuje vnitřní dutiny těla. Meditující tak vidí své vlastní tělo jako dutiny v kořenu lotosu[344]. Když praxi zvládne, vidí své tělo zcela prázdné, neexistuje již žádná forma. Totéž platí pro vnější formy. Vnitřní a vnější prostor tvoří dohromady jeden prostor. Tehdy mysl přijímá neomezený a nezměrný prostor jako svůj objekt. Pak opouští vnímání formy a stává se bezpečnou a blaženou. Lze to přirovnat k ptáku, který rozbije nádobu, jež ho uzavírala, a bez překážek se vznese do otevřeného prostoru. Tomu se říká první [dhjána] pohroužení do beztvarého.

Bhante Dhammadípa

(19. část)

Dnes začínáme s novým tématem, a to jsou arúpa, arúpa džhány. To znamená, když to přeložíme do češtiny, prohloubení mysli v bezforemné objekty nebo bezforemnost.

Teď, jelikož vím, že mnozí z vás studovali théravádový buddhismus, budete jistě překvapeni, že přístup – stejně tak jako u brahmavihár – přístup zde k prohloubení v neforemno je též rozdílný. A to je právě krása a kreativita – neboť v kreativitě je krása – buddhismu. Ačkoli kořeny jsou stejné a to nejlépe vidíme v raných zdrojích mahájány, celá mahájána filosofie, včetně tantra je postavena na filosofii transcendentální moudrosti, bez ní žádná mahájána není. No a podle Cesta bódhisattvů bez ní vůbec není žádný buddhismus neb též žáci dosahují nirvánu na základě transcendentální moudrosti. Čili bez transcendentální moudrosti neexistuje bódhi.

Ale přístup k transcendentální moudrosti je jiný v rozdílných tradicích. Teď, co je zajímavé na tomto textu. Jestliže znáte trošku základní písmo buddhismu, vlastně meditace se rozvíjí stejně, v podstatě na stejných základech, jako je popsaná ve Visuddhimagga a v písmu théravády. Čili měli jsme na začátku meditaci na nečisté, abychom zmenšili chtíč, který je příčinou, vlastně v józe vůbec, nejen v buddhismu, je příčinou našich poskvrnění vědomí. Příčina poskvrnění vědomí je chtíč. My máme chtíč, a právě proto chtíč sebou nese vlastně všechny ostatní nečistoty. To je důležité pochopit.

Samozřejmě ve světském životě bez chtíče nemůžeme žít. Nedá se to. Právě proto základní teorie théravády je, jestliže se chceme státi arahatem, musíme opustit samsáru, musíme opustit světskou existenci a pak vlastně jsme chránění před světem. A v indické společnosti

---

[344] Srovnej V.M. Omezený prostor kasina; tr.181. V jižní tradici se rozšíření omezeného prostoru na nekonečný nezmiňuje. Omezený prostor krtsnájatana [kasina] stále patří do říše jemných forem.

samozřejmě, jestli čtete Manusmrti – indický zákon – dobrý král je ten král, který chrání bráhmany a askety. To je povinnost krále. Jestliže je nechrání, tak má lid právo ho odstranit jako nedobrého vládce. To je původní indické zákonodárství. Ovšem buddhismus se mění, společnost se mění, všechno se mění. A buddhismus je právě filosofie k popsání tohoto procesu, proniknutí tohoto procesu změny.

Jedině na základě poznání proniknutí změny my můžeme získat autentické bódhi. To je buddhismus. A získáme autentické bódhi tím, že poznáme čisté vědomí. Jestliže poznáme čisté vědomí, poznáme, že vlastně smysl cesty je právě čisté vědomí. Právě proto ty praxe džhány jsou tak důležité. Protože praxe džhány jsou praxe čistého vědomí, které se dále čistí v různých stupních poznání jemných objektů. Proto po popsání meditace na nečisté přichází popsání překážek k dhjáně, k bezprostřední zkušenosti čistého vědomí, v dhjáně není utrpení jelikož vědomí je čisté. Tělo může trpět – i v dhjáně, ale mysl netrpí.

A mysl se stává čím dál tím jemnější až se vlastně dostaneme na konec mysli. Konec mysli je konec uchopení objektu. Bez uchopení objektu nemůžeme konceptualizovat. My konceptualizujeme a jelikož konceptualizujeme, proto též cítíme na základě objektu. To je důležité pochopit, abychom pochopili důležitost praxe džhán neboli prohloubení v bezforemné objekty.

A měli jsme popsání čtyř dhján, jak se k nim dostaneme a též specifika severního buddhismu je, že vlastně i v praxi žáků se snažíme v praxi *sjednotit* praxi šamathy a praxi vipassany. To je specifika severního buddhismu. Jižní buddhismus má tendence tyto praxe oddělovat. Koncentrace není osvobození není vipašjana a vipašjana nepotřebuje nutně hluboké prohloubení. Stačí prohloubení v to, čemu se říká *dhjána antara* nebo *ágamja*, théraváda tomu říká přístupová koncentrace. Přístupová koncentrace stačí na poznání čisté mysli a na její použití k rozpoznání reality tak, jak je.

Teď po džhánách přichází jednání, začíná, jak jsme se zmínili asubha, meditaci na nečisté a pak meditace na čisté. Vědomí, to není náhodou, a toto obzvláště je zdůrazňována v severním buddhismu, vědomí má schopnost, kterou by mělo využít, obrácení nečistého v čisté a byla dána též technika jak v jižním buddhismu existuje stejný princip, ale na základě kasin. Na základě kasin můžeme obrátit tzv. nečisté v čisté tím, že místo červeného kotouče si vezmeme krev jako objekt, místo žluté barvy si vezmeme moč jako objekt, místo bílé barvy si vezmeme kosti jako objekt. A barva v kasinové meditaci je čistá barva. Proto kasinová meditace se používá též na třetí osvobození, to je osvobození v čistotě.

Meditace na prostor

Po osvobození v čistotě právě přichází naše téma: Čtyři osvobození na základě neforemných objektů. A první objekt, první neforemný objekt, který se základ praxe všech dalších neforemných objektů, je meditace na prostor. V buddhistické tradici a též tady v našem vysvětlení existují dva druhy meditace na prostor.

Za prvé: meditace na omezený prostor, což je též kasina. Jestliže chceme praktikovat, to je stará buddhistická tradice, která se praktikuje dodnes, jestliže chceme dosáhnout nadpřirozených schopností a podle tradice Buddha pod strome probuzení právě praktikoval právě nadpřirozené schopnosti, aby získal to, co získal. Právě proto po praxi neforemných objektů, přichází vysvětlení, jak praktikovat nadpřirozené schopnosti – *abhiňňa*[345]. Buddha podle tradice, kterou máme v *agamách*, základním písmu buddhismu, právě pod stromem probuzení praktikoval nejprve *pubbé-nivásánussati*[346] – to znamená viděl nesčetné své minulé životy a jak na základě karmy se pak zrozoval, to je námět Džátak, které též byly přeloženy do češtiny, částečně.

A dále *dibba-čakkhu*[347] – znamená nebeských zrak. Jestliže získáme nebeský zrak, můžeme vidět, jak my bytosti na základě karmy se znovuzrozujeme. Čili znovuzrození je objektem abhiňňa. Je objektem, normální mysl ani v džháně nemůže poznat znovuzrození. Znovuzrození, což je nezbytná část buddhismu, znovuzrození můžeme přímo poznat právě na základě abhiňňa, na základě nadpřirozených schopností.

Teď půjdeme přímo k textu a co je na tomto textu obzvláště zajímavé, na vysvětlení čtyř arúp je, že Kumáradžíva, a to je tradice která, jak už jsem se zmínil, existuje v kašmírské józe – Kašmír, jak jsem se zmínil úplně na začátku na tento spis, vlastně Kumáradžíva byl v kašmírské škole jógy, buddhistické jógy vyškolen, a když přišel do Číny vlastně učil podobných způsobem, co se naučil. No a v severním buddhismu je, jak už jsem se zmínil, je tendence sloučit praxi šamatha a praxi vipašjana. A to vidíme zde krásným způsobem. Stejné jsme viděli ve vysvětlení brahmavihár. A zde tato tendence sloučit koncentraci s inside [348] vipašjanou je ještě zřetelnější.

Důsledek hluboké praxe džhán jsou právě brahmavihàry, které pak, na základě hlubšího pochopení můžeme použít k probuzení. O tom jsme se zmínili. Dle tradice žáků brahmavihàry nemůžeme použít k dosažení bódhi, protože objektem jsou pouze bytosti. A bytosti jsou existence v rámci pravdy konvenční. Z hlediska pravdy nejvyšší žádné bytosti nejsou.

Důraz mahájány je, důraz praxe bódhisattvů je, že *nejen* z hlediska pravdy nejvyšší neexistují žádné bytosti, ale z hlediska pravdy nejvyšší neexistují žádné fenomény, žádné dharmy. A toto tvrzení je základ praxe transcendentální moudrosti. A z hlediska praxe bódhisattvů základ transcendentální moudrosti v buddhismus vůbec. Žák, aby se stal skutečným žákem, potřebuje transcendentální moudrost. Pratjékabuddha – buddha pro sebe – aby se stal buddhou pro sebe, potřebuje transcendentální moudrost, nemluvě o plně probuzeném buddhovi, jehož celá praxe je vlastně praxe bódhičitty. A bódhičitta není nic jiného, než praxe transcendentální moudrosti, která spočívá v tom, že nic, co můžeme myslí dosáhnout

[345] V sanskrtu: abhidžňa.
[346] V sanskrtu: púrvénivásánusmrti.
[347] V sanskrtu: divjačakšu.
[348] Anglicky: vnitřní.

v podstatě nedosahujeme. Dosahujeme pouze v pravdě konvenční, ale nemůžeme přímo dosáhnout.

Protože, teď přicházíme k našemu tématu, protože vlastně to, čemu se říká *úpa*, neboli to, čemu se říká foremnost, to čemu se říká tělesnost, to čemu se říká svět, svět i z hlediska lingvistického není nic jiného, než *rúpa*. V sanskrtu svět se řekne lóka nebo v páli od kořene ludžati – být v procesu rozptýlení, zničení. Rúpa – foremnost, rupati ini rúpa to, co je v procesu zničení, to je foremnost. I v théravádovém buddhismu, jestliže důsledně studujeme abhidharmu, je vysvětleno, že veškeré formy foremnosti, … tam, kde vyvstanou, právě tam též odchází. Právě tam též se rozptylují. V Samjutta nikája je Rádha sutta, která je citovaná i v našem vysvětlení meditace na prostor, kde Buddha učí Rádhu, aby rozptýlil, rozprostřel, zaklepal nebo v proměnil v prach veškerou tělesnost, aby zmizela[349], aby nezbylo nic.

Existuje sutta v Sanjutta nikája, krásná sutta hned na začátku, Dévata samjutta, která vysvětluje, jak jistá dévatá se snažila – neboť má velké nadpřirozené síly – se snažila dostat na konec světa. A jelikož má neskutečnou rychlost, tak letěla nevím kam a žádný konec najít nemohla. A tak přišla k Buddhovi a ptala se jestli je možné dosáhnout konce světa. A Buddha povídá, že chozením létáním se nikdo nikdy na konec světa nedostane, ale - Já pravím, že aniž by se bytost dostala konec světa, nemůže se dostat na konec strasti. Na konec strasti se můžeme jedině dostat tím, že se dostaneme na konec světa.

A co je svět? A co je bytost? A co je foremnost? To je to, co je stále v procesu rozbíjení. Toto rozbíjení, když ho studujeme, na základě logiky, vlastně mahájána, tak jógáčára, tak mádhjamika, specifika mahájány je, že vlastně vipašjana je též na základě epistemologie, na základě teorie poznání. Teorie poznání a naše zkušenost nemůžou být v protikladu. Jestliže jsou v protikladu, no tak naše poznání není poznání, které může realitu jasně objasnit.

A jak se meditující dostane do kontemplace bezforemného objektu? Metoda je vlastně podobná ve Visuddhimagga, tak jak je vysvětlena zde. Podle Visuddhimagga[350], když čtete vysvětlení praxe deseti kasin, kasin čtyř barev, kasin čtyř elementů, kasin světla, kasin omezeného prostoru. V kasině omezeného prostoru najdete vysvětlení, že omezený prostor se nedá použít k praxi nekonečného prostoru. Ovšem není vysvětleno, že to se týká začátečníků. Jestliže nejsme začátečníci, je to možné. Vysvětlení, jak člověk přijde, meditující jogín přijde ke kontemplaci nekonečného prostoru podle Visuddhimaggy je, že používá kasinu země. Kasina země je nejvhodnější proč? Nevím jestli někdo z vás praktikoval kasinu země. Když praktikujeme kasinu země, vlastně tvrdneme. Pokud máme senzitivní tělo a senzitivní vědomí. Je spojená s pocitem tvrdosti neboť země, kterou bereme jako objekt, ta musí mít jistou barvu, ne každá země se hodí, ale tu zemi, kterou používáme, ta když zanechá mentální obraz, na který se budeme koncentrovat, tak máme pocit tvrdosti.

---

[349] Sutta nikája 3.23.161 (?). https://tipitaka.fandom.com/wiki/SN3-V2-Ch2-Samyutta23
[350] https://obo.genaud.net/resources/pdf/nanamoli/pathofpurification.pdf

A teď proč je praxe kasin tak důležitá? Protože jestliže praktikujeme kasiny, můžeme vzít malý objekt a koncentrací ho zvětšit do nekonečna. Můžeme vzít nekonečný objekt a zase ho zmenšit do velikosti špičky jehly. Takže mysl má tuto schopnost. V tantrickém buddhismu tato schopnost je dále vyvíjena do různých detailů. A je to velice důležitá schopnost pro pochopení jak naše mysl pracuje. Naše mysl může libovolný objekt, jestliže se stane objekt mentální koncentrace, jestliže je to příhodný objekt, nekonečně zvětšit a nekonečně zmenšit. My normálně tuto schopnost nepoužíváme, ale tato schopnost je v nás.

Jestliže kasinu země roztáhneme, co zbyde? Zbyde velký nekonečný prostor, ve kterém jsou díry. Předtím než to uděláme se zaměříme na kontemplaci, kterou vlastně naše vysvětlení meditace na nekonečný prostor začíná. První se musí meditující, který má čtvrtou džhánu - jestliže nemá čtvrtou džhánu, tak to nemůže dělat, protože struktura vědomí džhány do neforemných objektů je stejná jako struktura vědomí ve čtvrté džháně. Je to též spojení s ani příjemným, ani nepříjemným pocitem a s čistou bdělou pozorností. A s odpoutáním. Proto, jak už jsem se zmínil a vysvětlil, proto tento stav čtvrté džhány se v tradici jógy nazývá stav podobný nirváně – *nirvána sadriša*. Jelikož v nirváně též máme čistou, uvědomělou pozornost a mysl neklesá a není rozptýlená v neutrálním pocitu. Nemluvě o příjemných a nepříjemných pocitech. V těch samozřejmě též mysl není rozptýlena. Proto ten, kdo má bódhi neopouští samádhi. A samádhi znamená rovnoměrnost vědomí. To neznamená, že arahat nebo buddha nesdílí příjemné pocity, nesdílí nepříjemné pocity, sdílí je ale s odstupem a s čistou uvědomělou pozorností. To je, co napojuje praxi džhány s bódhi. Ta čistá uvědomělá pozornost, kterou vlastně meditující dosahuje, jak jsme vysvětlili, teprve ve čtvrté dhjáně.

A arúpa objektech samozřejmě též existuje stejný stav. Jenomže koncentrace je hlubší, protože meditující odstraní tři překážky. To je též vysvětleno v našem textu. Odstraní překážku *nánatta*, což znamená rozdílnosti, odstraní překážku *pratighá* – což znamená rezistence odporu, protože když není forma, není žádný odpor. Odstraní *rúpa* – formu, tím odstraní též rozdílnost a forma je forma, protože má místo v prostoru. A místo v prostoru, místo dotyku, omezeného dotyku v prostoru je místo odporu. Jestliže objekt je nekonečný, no tak žádný odpor není. A tím pádem koncentrace se stane ještě hlubší.

A náš spis začíná tím, že vysvětluje co dělá zkušenost tělesnosti, co jí dělá spojenou se strastí. Stejně, jako abychom se dostali do vyšší džhány, museli jsme meditovat na to, co dělá zkušenost vitarka – vičára omezující koncentraci, to dělá zkušenost radosti omezující koncentraci, co dělá zkušenost štěstí omezující koncentraci. A teď co dělá zkušenost foremného samotného, jakožto faktor *omezující* naši schopnost koncentrace.

A to můžeme dělat jenom ve čtvrté dhjáně. To je předpoklad. Samozřejmě v rámci transcendentální moudrosti všichni ti, kteří praktikují praxi bódhisattvy meditují na to, že veškeré fenomény jsou samy od sebe ve stavu izolace. Žádný fenomén se nemůže dotýkat druhého fenoménu, protože všechny fenomény neexistují samy o sobě. To, co neexistuje samo o sobě se nemůže něčeho dotýkat, co též neexistuje samo o sobě. Právě proto, z hlediska mahájány, jak Árjadéva říká, když můžeme osnovovat jediný fenomén, budeme schopni

osnovovat nebo založit všechny fenomény. Ale jelikož nebudeme nikdy schopní založit jako existující sám o sobě jediný fenomén, proto všechny fenomény nemůžeme myslí pochytit. To, co nemůžeme myslí pochytit, existuje samo o sobě. Existovat samo o sobě znamená neexistovat ve skutečnosti.

Čili v našem spisu pochopení rúpa, pochopení tělesnosti, je *brána* k pochopení transcendentální moudrosti. A transcendentální moudrost je základ praxe vipassany. Protože bez transcendentální moudrosti nebude bódhi. Žák dojde normálně k transcendentální moudrosti rozbitím skutečnosti na existující části. Ovšem i ve spisech žáků, např. Samjutta nikája, najdeme vysvětlení, že čtyři elementy, které tvoří základ pro naše poznání foremnosti, jsou jako čtyři hadi. Šest vnějších objektů jsou jako šest vrahů, před kterými se uchýlí vystrašená bytost do vnitřku. Vnitřek je jako prázdná vesnice. A co zbyde? Zbyde prázdnota.

A když odstraníme foremnost, co zbyde? Zbyde též prázdnota. Protože náš pojem je pojem foremnosti. No, a když pojem foremnosti rozbijeme to, co foremnost chápe, bude rozbito též. V agamách je jedna sutta – Asuttava-sutta – kde Buddha vysvětluje, že vipassanu nemůžeme začít meditací na neforemné, protože to neforemné vědomí my bytosti bychom brali jako já od času bez začátku. Ale proces zkázy jakožto proces foremnosti je každý schopen přijmout. Protože víme, že nejsme to, co jsme byli a jistě též nebudeme to, co jsme.

Právě proto musíme podle toho principu začít meditaci r*ozbíjením* foremnosti. Na základě rozbíjení foremnosti *pochopíme* naše vědomí tak, jak je. Jako něco neuchopitelného.

Ovšem zde též je známý kóan v zenu od Ma-cu[351], já jsem kdysi dlouho pobýval v jeho klášteře v Tian si. Žák Ma-cu byl znám, že tvrdil, jako mnoho zenových mistrů, že mysl je buddha.

> A žák se ho ptá: Mysl je buddha? Proč?
>
> No, aby děťátko přestalo plakat.
>
> A žák se ptá dále: A když přestane plakat?
>
> Ani mysl, ani buddha. 😉

To je transcendentální moudrost. To, co my chytáme jsou vlastně koncepty. To, co my chytáme jsou vlastně koncepty. Realitu my chytit nemůžeme. To je vysvětleno vlastně i v severním buddhismu. V sautrántika filosofii vlastně my poznáváme dotykem, bez dotyku žádné poznání neexistuje, ale tento dotyk není moment poznání. Poznání přichází teprve když objekt dotyku je analyzován, reflektován ve vědomí. A jeho vlastně jenom mentální vědomí, které chytá objekty. A mentální vědomí už je přetvářeno našimi konstrukcemi. Nevidí, nechápe objekt bezprostředně, chápe ho na základě vikalpa. Podle Abhidharmakóša máme tři druhy vikalpa. Svabháva vikalpa – konstrukci mentálního vědomí na základě pojmu vlastní existence, máme

[351] Mazu Daoyi (709-788) byl vlivným opatem buddhismu čchan během dynastie Tchang. Učitelský styl „podivných slov a mimořádných činů“ mistra Ma se stal paradigmatickou zenovou tradicí.

vikalpa na základě *abhirúpana* – to samé, co *anumána*, dedukce. A máme vikalpa na základě *smarana*, což znamená vlastně vzpomínání. Čili to, co my poznáme myslí, to jsou tyto konstrukce. Samotný objekt my vlastně nepoznáme.

V théravádě též je teorie, že objekt existuje nezávisle na vědomí, je tam objektivně, ale při tom též i théraváda tvrdí, že ten stejný objekt *zaniká* tam kde vyvstává. Čili pohyb - my musíme dát mentální vědomí do placu, abychom poznali pohyb. A vše, co poznáme, poznáváme v rámci pohybu. Ani v nejhlubší hloubce oceánu neexistuje jen mm^2 bez pohybu.

A teď se vraťme k textu. Čili my se ve čtvrté dhjáně znechutíme foremností a žák se ptá: Teď naše tělo není nic jiného, než právě foremnost. Tělo je foremnost. Tak jak ho můžeme opustit? Vždyť my bez těla nemůžeme žít.

Odpověď: Veškerá poskvrnění vědomí existují na základě foremnosti. A foremnost je právě to, co meditujícího uvazuje. My jsem uvázáni na foremnost, na naší mentální vikalpa, mentální konstrukci foremnosti. Na které ulpíváme jako na realitě.

A Kumáradžíva pokračuje: Zničení, doslova zničení, zničení poskvrnění vědomí se též nazývá opuštění foremného. A běžná praxe, která spočívá v kontemplaci tělesného spojeného s kontemplací prostoru je ta praxe, která vede k svobodě od foremnosti. Není náhodou, že vysvětlení této praxe následuje po vysvětlení praxe, jak z nečistého vyrobit čisté a jak zase z čistého vyrobit nečisté. To je mentální tělocvik. A právě tímto mentálním tělocvikem jogín poznává neskutečnost jeho vikalpa, neskutečnost jeho mentálních konstrukcí.

A touto meditací tedy meditující opouští, zde spojuje krásně Kumáradžíva šamathu s vipašjanou, opouští pět agregátů na základě opuštění foremnosti. Ti z nás, kteří studovali učení bódhisattvů, obzvláště jógáčáru, ví že vlastně meditace na prostor je v této tradici základ pro pochopení vědomí. Vlastně vědomí není prostor, není zrcadlo, ale pracuje na principu prostoru a zrcadla. Proč? Protože do prázdného prostoru se vejde vše. Stejně tak do prázdného prostoru se vejde jakákoliv forma, jakýkoliv koncept, jakýkoliv pocit, jakákoliv vůle a jakékoliv rozlišující vědomí, které vzniká na základě těchto faktorů. Bez těchto faktorů žádné rozlišení nemůže existovat.

A jestliže chápeme rozlišování v rámci prostoru, chápeme vlastní – čemu jógáčára buddhismus říká – vlastní přirozenost vědomí. Vlastním poznáním vlastní přirozenosti vědomí my vlastně poznáváme všechno. Podle učení transcendentální moudrosti, poznání vlastního vědomí poznáme všechny fenomény.

Čili poznání prostoru můžeme spojit s kontemplací všech fenoménů počínaje foremností, jakožto vyjevení v prostoru. A prostor je prostor, protože ho nemůžeme chytit. Omezený prostor nemůžeme chytit. V našem pojednání právě co Kumáradžíva dělá je, že z omezeného prostoru roztáhne objekt ve čtvrté dhjáně do *neomezeného* prostoru. Na základě omezeného prostoru pochopíme neomezený prostor. Co je omezený prostor? No to je ten prostor, který vidíme v dutině stromu, který vidíme kdekoli, kde končí hranice foremnosti. Tam kde končí

hranice foremnosti, tam začíná prostor. Právě prostor je definován jakožto hranice foremnosti.

A prostor sám o sobě ale hranici nemá. A foremnost hranici má. A vnímání, pocity, vůle a rozlišující vědomí je právě na základě této hranice foremnosti. Jestliže tato hranice zmizí, můžeme kontemplovat - z hlediska transcendentální moudrosti, můžeme kontemplovat na skutečnost jako to, co je *anabhilapja*, to je slovo, které se opakuje asi xkrát v písmu transcendentální moudrosti, to je to, co nemůžeme slovy vyslovit. Sandhinirmóčanasútra[352], kterou jsem přeložil v šesté kapitole začíná tím, že praxe vipassany bódhisattvy začíná pochopením právě této vlastnosti *nevysvětlitelnosti*. Nevysvětlitelnosti obsahu naší zkušenosti. My tento obsah chceme vysvětlit, ale ten, kdo to vysvětluje, to jsou ty mentální konstrukce. Jestliže jsme si toho vědomi, konstruujeme jinak. Konstruujeme v rámci bdělé pozornosti. A jedině bdělá pozornost může být obsahem probuzení. Bdělá pozornost je to, co uvádí vědomí do stavu rovnováhy. A ve stavu rovnováhy vědomí je přirozeně koncentrované, bez úsilí. A bez-úsilnost je stav reality tak, jak je. Poznáním bez-úsilnosti my poznáváme vlastně realitu tak, jak je. A poznání prostoru je krok, který toto umožňuje.

A teď, jak už jsem se zmínil, v tradici mahájány, to je rozdíl od théravády, vipašjana je spojená úzce s epistemologií, s teorií poznání. Skutečnost jogínů nemůže být v protikladu s teorií, filosofií poznání.

V tradici abhidharmy základ poznání foremnosti je její rozdělení na atomy nebo molekuly, na částice. Forma je forma, protože se dá rozdělovat. A dá se rozdělovat, protože má prostornost. To, co má prostornost, to se dá rozdělovat. To, co prostornost nemá, jak budeme rozdělovat?

A teď jak v teorii vaibhášika sarvástivády – atom je něco, co se nedá rozdělit. V teorii sautántrika atom se dá rozdělit, ale ve formě aglomerace. V théravádě tato otázka částečně zůstává nezodpovězena. Jestli to, co rozdělujeme jako kalápy je jedna kalápa nebo mnohé kalápy, to je velká otázka. Ale z hlediska epistemologie, z hlediska teorie poznání, jak Vasubandhu krásně vysvětluje ve dvaceti verších pouhého vědomí a *Dignága*[353]*,* obzvláště v tibetské tradici studují Dignágu, *Dharmakírti* jakožto základ buddhistického učení. Podle Dignágy: *Alambana-paríkša* (analýza objektu), vlastně nemůžeme obhájit existenci formy, ať už na základě atomů, které jsou nerozdělitelné nebo rozdělitelné, v jakékoliv formě. Nemůžeme epistemologicky obhájit existenci formy, protože to, co o formě víme, víme na základě mentálních konstrukcí, nevíme na základě bezprostředního dotyku.

[352] Sútra o rozvázání uzlů.

[353] Dignága, též Dinnága, asi 480-540; vyznavač jógáčáry, který v této škole rozvinul logicko-gnozeologický směr. Většina jeho prací, jež se dochovaly jen v čínském nebo tibetském překladu, pojednává o tématech logiky. Nejvýznamnější je Pramánasamuččaja („Přehled prostředků pravého poznání"), jež se stalo hlavním dílem nového směru. Kromě toho Dignága sepsal důležitý komentář k Abhidharmakóše. - Jeho nejvýznačnějším žákem byl Dharmakírti. - Dignága, který se dlouho zdržoval v klášterní univerzitě v Nálandě, se opírá o idealistické učení jógáčáry. Uznává dva „zkušební kameny“ poznání, přímé vnímání a odvozování. Jeho analýzu odvozování v jeho rozličných podobách a s ohledem na vztahy, jež existují mezi jednotlivými články, dále rozvinul Dharmakírti. *(Lexikon východní moudrosti*)

Stejný systém, který najdeme v analýze bytosti, proč bytosti existují pouze v konvenční realitě? Protože je můžeme rozebrat, stejně jako auto, když ho rozebereme na části, nebude žádné auto. A když části auta zase rozdělujeme na části, tak i ty části zmizí. A stejným způsobem můžeme popřít existenci všech bytostí a všech forem na základě tohoto rozboru. Jestliže je rozebereme, zbyde pouze a jen prázdnota. Naše moderní věda dochází vlastně ke stejnému poznání, co buddhisté diskutovali skoro před 3 tisíci lety – jogíni, ale s naším dojmem, že naše forma je něco skutečného, co se dá chytit, to naše přesvědčení neotřese. Aby to naše přesvědčení otřáslo, musíme mít bezprostřední zkušenost neforemnosti. Tuto bezprostřední zkušenost neforemnosti můžeme krásně spojit s meditací na veškeré fenomény v rámci poznání prostoru a rámci poznání neforemnosti.

A text vysvětluje jak na to. Jak sútra *Alamkára* atd. vysvětluje, jestliže budeme analyzovat atom až do prázdnoty, z této prázdnoty právě vychází *nimitta*, mentální obraz foremnosti. Mentální obraz foremnosti pochází z prázdnoty, je výsledkem prázdnoty. A bez prázdnoty nemůže mentální obraz - a naše poznání objektu je poznání mentálního obrazu, nemůže bezprostředně nastat.

A z hlediska epistemologie jak atom bez prostorného rozdělení nemůže dávat smysl, protože jestliže forma, jestliže džbán je z atomů, tak pak džbán by neměl žádný stín, protože to, co nemá formu, nemá žádný stín. A jestliže se džbán skládá z dalších atomů, které jde dále rozdělit, pak bychom to museli poznat, že existují atomy odděleně od džbánu a žádné atomy oddělené od džbánu nikdy nepoznáme. Čili co poznáme jako atom je též z hlediska epistemologie je též nic jiného, než mentální obraz, který může vyvstat pouze a jen na základě prázdnoty. Jaký mentální obraz může vyvstat bez prázdnoty?

A teď otázka další. Vizuální smysl, což je oko, se skládá ze čtyř elementů. Čtyři elementy jsou *základ* poznání foremnosti. Bez tohoto základu neexistují barvy, neexistují čichové vjemy, neexistují zvuky, neexistují chutě. Čtyři elementy jsou základem všeho, co vnímáme. A čtyři elementy samozřejmě existují *spolu*. Jsou neoddělitelné. I podle théravády i v jiných formách buddhismu vlastně my poznáváme foremnost na základě toho, čemu se říká *ušáda* – intenzity a *abhoga* – to zn. jak obrátíme smysl směrem k objektu a intenzity čtyř elementů. Tzn., že ty čtyři elementy jsou všude přítomné, kdekoli foremnost existuje. V ledu je oheň a v ledu je oheň zastoupen stejnou měrou, pouze jeho intenzita je jiná. Čili rozdíly ve foremnosti jsou rozdíly v intenzitě, ne rozdíly ve čtyřech elementech. A mysl tuto intenzitu může regulovat na základě právě toho, jak se … ohne k objektu. V buddhismu rozlišujeme *rúpa*, což je to, co je v procesu ničení a *náma* – to je to, co s k tomuto procesu sklání čili ohýbá. Vědomí je to, co se ohýbá směrem k procesu ničení, k procesu rozptylování.

A jak my mysl ohneme? To právě pochopíme na základě kasin, jak Buddha nebo Ježíš mohli chodit po vodě. Protože rozprostřeli kasinu země tím, že se soustředili na tvrdost, což je podstata poznání země. To neznamená, že v měkkosti žádná země není, ale je v jiném *ušáda*.

No a chodí. V Kumbhaméla[354] byli jogíni i minulý rok, kteří spali na ohni. Jak mohli spát na ohni? Protože můžou rozprostřít – za prvé vidí oheň jakožto dévatá, agni a rozprostřou v mysli vodu, která je chrání. Atd. Čili tak, jak předmět formy vnímáme nezáleží jen na intenzitě v poměru jeho elementu, v poměru jeho tvrdosti, měkkosti, plynutí, koheze, tepla, chladu, pohybu a podpírání – to jsou ty kvality foremného. A jak je vnímáme záleží na intenzitě poměru těchto kvalit a též na tom, jak se mysl k nich ohýbá. To znamená co? Že bez mysli nemůže existovat zkušenost formy. Jak je tvrzeno v théravádě – právě mysl je to, co dává zkušenosti formu formy.

A teď už jsme přešli čas, tak dokončíme tuto část příští týden a vrhneme se na neomezené vědomí. Neomezené vědomí je vlastně na základě poznání neomezeného prostoru, protože to, co vidí neomezený prostor je neomezené vědomí. A jestliže objektem je neomezený prostor, když obrátíme mysl na objekt, no tak poznáme neomezené vědomí. Tak se dostáváme do druhého neforemného prohloubení.

A pro dnešek asi takhle a necháme prostor pro otázky, jestli nějaké jsou.

> Dotaz: Jak jste říkal o tom, že neforemné džhány musí předcházet praxe čtvrté džhány, že meditující nemůže dříve praktikovat neforemnosti, tak mně zajímalo z příběhu Buddhy, že on nejdříve praktikoval arúpa džhány, pak si vzpomněl na praxi džhán, které zažil v dětství. A začal praktikovat rúpa džhány.

Odpověď: Z rúpa džhány pak praktikoval kasiny, protože kasiny se normálně používají jako základ (Visuddhimagga) abhiňňá. Pro nadpřirozené schopnosti. Ty se praktikují tím, že přeskakuješ z džhány a přeskakuješ ty kasiny. Takže mysl se stává čím díl tím pružnější a pak může vyskočit. Jaký je rozdíl mezi džhánou a nadpřirozenou schopností? Nadpřirozené schopnosti můžou též myslí pohybovat, i když má sílu džhány. V džháně je mysl vlastně spojená s tím objektem a nemůže ho opustit. Aspoň to je teorie théravády.

> Otázka: Takže vy myslíte, že Buddha, když praktikoval u svých učitelů, tak praktikoval kasina?

Odpověď: … Buddha první vyčistil džhány, pod stromem probuzení a pak praktikoval nadpřirozené schopnosti.

> Otázka: Ale před tím praktikoval u toho…

[354] Kumbhaméla je hinduistická pouť, jíž se účastní obrovské množství lidí. Koná se čtyřikrát za dvanáct let a místo jejího konání se střídá ve čtyřech městech: v Iláhábádu, Haridváru, Udždžainu a Násiku.

Odpověď: Nikdo neví přesně, co praktikoval, ale předpokládá se, že praktikoval ty arúpa džhány.

Otázka: Takže to praktikoval dříve, než začal praktikovat rúpa džhány, ne? Podle toho příběhu.

Odpověď: Ne. To není možné. Kdo se dostane do arúpa džhán, musel se prve dostat do rúpa džhán. Nic jiného neexistuje. Ty rúpa džhány byly v Indii vlastně, to není nic buddhistického, to bylo běžné pro všechny askety. To museli praktikovat rúpa džhány.

Otázka: V tom příběhu, co já znám, tak si vzpomněl, když praktikoval tu askezi, tak si vzpomněl na praxi rúpa džhán v dětství.

Odpověď: To jo. Proč ne?

Otázka: Já jsem si vždycky myslel, že…

Odpověď: Pod džambu stromem[355] praktikoval první džhánu, spontánně se do ní dostal, když čekal na otce. No a pak praktikoval druhou, třetí, čtvrtou s těmi učiteli. Pak arúpa džhány, proč ne. To byla běžná disciplína v Indii. Zůstala vlastně dodnes. To není nic buddhistického, ty džhány. Ale dají se použít pro vipassanu v buddhistickém smyslu. A to je právě jedinečné v tomto spise.

Otázka: Já jsem to chápal špatně, já jsem myslel, že je možné vstoupit do arúpa džhán bez rúpa džhán.

Odpověď: To jsou ty vikalpy. My myslíme různé věci, ale co je pravda, co není, to musíme sami ověřit a ta tradice dává smysl, že. A to je také tradice Visuddhimagga. To neznamená, že potřebuješ nutně arúpa džhány, ale jsou výhodné. Ale jak jsou výhodné, to není přesně vysvětleno ve Visuddhimagga, ale tady Kumáradžíva to vysvětluje.

Otázka: Já jsem se chtěl zeptat. Bhante… (nesrozumitelný dotaz – nejspíše: Vzniká rúpa na základě prázdnoty?)

Existence rúpy se nedá jakýmkoliv způsobem se budeš snažit, tak epistemologicky se nedá opodstatnit. Ať si představíš atom jakoukoli formou, jako něco složeného anebo něco jednotného, tak ani to, ani ono nedává žádný smysl. A to, co nedává smysl nemůže existovat. Na základě epistemologie pak popřením atomů popřeš formu, popřením formy popřeš existenci všeho. Protože rozlišování je na základě… A jsi rovnou v prostoru, který je

[355] Hřebíčkovec.

nevysvětlitelný, který je neuchopitelný. To je ta transcendentální moudrost. A můžeš začít – rozdíl mezi théravádou a mahájánou je, že v théravádě musíš začít od začátku a jít do konce. Kdežto můžeš začít od konce a pochopit začátek. To je též možné, proč ne? Protože vše, co poznáme je proces. A ten proces nemá ani skutečný začátek, ani skutečný konec. Je to tak. Vidíme to stejně? To, že hledáme skutečný začátek a skutečný konec, to je vlastně naše nepoznání. Právě proto Pradžňápáramitá praví, že kdyby transcendentální moudrost měla objekt, byl by to objekt nepoznání. To je důležité pochopit. Tak jako prostor. Prostor je též objekt nepoznání, protože ho nemůžeš uchopit. Prostor omezený a prosto nekonečný, co se týče jejich kvality, jsou nerozlišitelné. Stejně tak forma, jak jsem se zmínil, co se týče kvality, je nerozlišitelná. Protože čtyři elementy můžou jedině se objevit dohromady. Ale z hlediska intenzity a z hlediska toho, jak se k objektu stavíme, jsou rozlišitelné. Ale ne z hlediska kvality, kvalita je stejná.

A teď dáme předání zásluh. A těšíme se na příští týden, co to zase Dhammadípa napovídá. 😊

(20. část)

Tak naposled jsme začali s meditací na tzv. bezforemné objekty, arúpa. Rúpa je forma, arúpa je ne-forma. A prezentace této meditace v severní tradici, obzvláště teď v interpretaci Kumáradžívy – nesmíme zapomenout, že Kumáradžíva byl překladatel Velké sútry transcendentální moudrosti i jiných súter, které vysvětlují transcendentální moudrost, byl překladatel komentáře k Velké sútře transcendentální moudrosti, *Ta č' tu lun* (Da zhi du lun) což je jedno z nejdůležitějších děl o meditaci v čínské tradici, na dálném východě, nejvíce studované, byl překladatelem též mnohých mahájánových súter.

A teď znova zdůrazňujeme, že ačkoli se obrací k žákům, stejně tak jako Buddha v sútrách transcendentální moudrosti. Vlastně též žákům též předává jisté poznání toho, že bez transcendentální moudrosti vlastně buddhismus je neuchopitelný. Pokud nepřijmeme transcendentální moudrost a nepřijmeme poznání toho, že vlastně jestliže chápeme buddhismus, chápeme to, že to, co uchopujeme se vlastně uchopit nedá.

To, co uchopujeme jsou pouze koncepty věcí. Ale věc samotnou, jako takovou, my uchopit nemůžeme. No vývod z toho v mahájáně je, že – jak tvrdí mahájánové sútry, např. Maňdžušríparipita – Otázky Maňdžušrího, které jsou též v komplexu transcendentálních súter. Maňdžušrí vlastně vysvětluje, že jelikož z hlediska epistemologie, z hlediska teorie poznání, není možné uchopit objekty, právě proto všechny objekty mají pouze jednu vlastnost – vlastnost skutečnosti. A skutečnost patří Buddhovi. My, co vidíme jako skutečnost, je vlastně naše interpretace skutečnosti, protože plné poznání skutečnosti je unikum Buddhova vlastně vše-vědomí. Čili právě to rozdělující vědomí je to, co nám dělá překážky poznání. Protože se spoléháme na rozdělující vědomí, my vlastně rozdělujeme realitu, která je od sebe neoddělitelná.

A to je transcendentální moudrost, to je základ poznání z hlediska buddhismu, ať už věřím v buddhismus v podání žáků nebo buddhismus podání bódhisattvů, buddhismus v jakémkoliv podání dle interpretace súter transcendentální moudrosti je stav *nedosažení – aprápti*. To, co dosahujeme, to jsou naše koncepty reality, ale ne realitu samotnou. Protože realita samotná má skutečnou charakteristiku. A jedna skutečná charakteristika, to je právě ta takovost, prázdnota vlastní podstaty. Neb neexistuje žádný fenomén a též žádná bytost, která existuje sama o sobě.

A teď, specifikou mahájánového přístupu nebo přístupu praxe bódhisattvů k praxi džhán, obzvláště arúpa džhán je, že spojuje tuto praxi s poznáním, o tom jsme mluvili minule ve vysvětlení meditace na první bezforemný objekt, což je prostor, nekonečný prostor, oproti limitovanému prostoru – nekonečný prostor je neuchopitelný. Ovšem paradox je, že my ho vlastně uchopujeme. My ho uchopujeme jako koncept. Ale on sám je neuchopitelný. A ten koncept se může stát též objektem džhány. Vlastně to, co je koncept džhány, to jsou koncepty. To je třeba pochopit. Abychom se dostali do džhány, musíme uchopit nějaký koncept objektu.

Dle théravádového vysvětlení vlastně nekonečný prostor a sféra nicoty, což je třetí arúpa džhána, jsou koncepty. Ale sféry nekonečného vědomí její objekt je skutečný, protože vědomí skutečně existuje z hlediska théravády. Stejně tak forma skutečně existuje, z hlediska théravády. Nejenom z hlediska théravády i z hlediska sarvástivády, z hlediska žáků. Transcendentální sútry vlastně vysvětlují jedno – že z hlediska diferencující, rozlišující moudrosti, která vlastně je základem praxe žáků, tato rozlišující moudrost nestačí na to, aby poznala objekt poznání buddhů, objekt poznání bódhisattvů. Nestačí jim to. Musí přidat, aby na to stačila, musí se přidat transcendentální moudrost.

Ale žáci též potřebují transcendentální moudrost, aby získali probuzení. Nebo co jestliže získáme probuzení, ať už první stav probuzení, šrótápanna – vstup do proudu, který vede ke stavu plného osvobození, co je objektem šrótápanna, co je objektem toho, co získal poznání objektu probuzení, objektu vysvobození? Je to právě ta nerozlišující moudrost. Bez ní by se nikdy šrótápanna nestal. Šrótápanna, ten kdo vstoupí do proudu k osvobození, se stane tím, co vstoupil do proudu osvobození, protože poznal nerozlišující moudrost. Nirvána se nedá rozlišit. Kdo chce rozlišit nirvánu, ten rozlišuje koncept nirvány.

Čili specifika tohoto přístupu je, což nenajdeme ve vysvětlení v théravádě, najdeme k tomu jisté pomůcky, ale vysvětlení v severní tradici, v sarvástivádě, ale ne v théravádě, že vlastně můžeme použít zkušenost džhány, obzvláště džhány v bezforemné objekty k vipassaně. A vipassana vede k poznání nerozlišitelného objektu. Co je účel vipassany? Aby meditující poznal nerozlišitelný objekt a vlastně prodléval v tomto poznání. Když se plně věnuje tomuto poznání, stane se arahat. Ale jestliže se stane arahat, stane se arahat, protože toto poznání odděluje od formy.

A teď my se zabýváme poznáním arúpa džhán, poznání prohloubení v neforemné objekty z perspektivou transcendentální moudrosti. Jak už jsme se zmínili na začátku, vlastně praxe podle našeho vysvětlení zde, v tomto textu, praxe poznání nekonečného prostoru jakožto objektu arúpa, začíná tím, že vlastně meditující kontempluje charakteristiku skutečnosti. Charakteristika skutečnosti je právě neuchopitelnost. A neuchopitelnost je skutečná charakteristika všech objektů. A jak jsem se zmínil Maňdžušrísaripita sútra též tvrdí, že toto je jediná charakteristika a tato charakteristika je stejná jako charakteristika buddhy. Zmínil jsem se o tom též, že Buddha (podle např. Khéma-sutta[356]) je ten, koho se nedá uchopit. Jak víme něco, o jakékoli bytosti? O nějakém Dhammadípovi nebo Kubovi nebo Romanovi, jak víme o něm? Protože víme o tom, o jeho konceptech a víme o jeho počitcích. A právě proto si myslíme: aha, jelikož má takové koncepty a takové počitky, no tak jedná tak a tak. A tak si myslíme, že tu bytost známe. Čili známe na základě těch počitků a konceptů, které ta bytost má.

Ale podle počitků a konceptů nikdo Buddhu nepozná, protože Buddha je nad počitky a nad koncepty. A tak Buddha se nedá uchopit. A z hlediska Pradžňápáramitá, z hlediska

[356] Khema-sutta online

transcendentální moudrosti skutečnost, jak Maňdžušrí vysvětluje, je právě tato vlastnost všech objektů, jejich neuchopitelnost, stejně tak jako neuchopitelnost Buddhy samotného.

A to je vlastně specifikum vysvětlení arúp a spojení meditace arúp, čili bezforemných objektů s vhledem.

Normálně, jak v Abhidharmakóša, tak i v jižní tradici, arúpy nejsou příznivé objekty k vipassaně, protože moudrost je vlastně založená na rozlišování, správném rozlišování. A arúpy, neforemné objekty, v nich žádné rozdíly nejsou, no tak jaké rozlišování? Proto nejpříznivější objekt, nejpříznivější stav na vipassanu je právě čtvrtá dhjána, kde koncentrace je zbavená překážek a vlastně uvědomělá pozornost zůstává čistá. Čili proces rozlišování není ničím zkreslen. Čím může být zkreslen? Samozřejmě pocity a vnímáním. Protože pocity a vnímání jsou to, co skutečnost zkresluje. A na základě tohoto zkreslení my pak jednáme. Vůle, formace vůle, to je naše jednání.

A jak se dostat z tohoto paradoxu? Vlastně stejný princip najdeme v théravádě, neříká tady autor nic nového. Musíme popřít, nejprve popřeme skutečnost objektu.

A co je objekt? Objekt je rúpa. A jak popřeme skutečnost objektu? Tím, že meditujeme na epistemologické, čili z hlediska teorie poznání, rúpa je neuchopitelná. To, co uchopujeme, není rúpa, ale to jsou naše koncepty rúpa. To jsou naše koncepty formy. Rúpa je z hlediska epistemologie neuchopitelná. Protože rúpa se skládá z částic a částice jsou též neuchopitelné. Částice se nedají oddělit od celku. A jestliže se od celku oddělí, no tak nebude rúpa, protože rúpa může jedině existovat v prostoru, může existovat jedině jako něco, co má rezistenci, co má odpor. Může existovat jedině jako něco, co má nánatta, co má rozdílnost. A to, co má rozdílnost, to co má odpor, to co existuje v prostoru, to nemůže být jednota. To je nemožné. A nemůže to být ani rozličnost, protože když vidíme hrnek, tak nevidíme atomy. Když vidíme atomy, tak nevidíme hrnec. Takže z hlediska epistemologie forma je neuchopitelná.

A specifikum zde, jak jsme viděli, je vlastně spojení zkušenosti nekonečného prostoru, kterou získá meditující na základě znechucení formou, to je stejné. První se musíme znechutit formou, abychom se dostali do bezforemné koncentrace. A formou se můžeme jedině znechutit, jestliže máme stav vyčištěné bdělé pozornosti. To je čtvrtá dhjána. A pak můžeme pochopit, že ať už se držíme jakékoli formy, toto držení formy je vlastně překážka k hlubší koncentraci. Normálně, v normální mysli to nepochopíme. Musíme mít tak jemnou mysl, abychom to pochopili.

A stejně tak, podle Abhidharmakóša, první tři dhjány do neforemných objektů jsou založené na prajóga avasthá, tzn. na preliminární nebo předchozí praxi. Nejprve se musí meditující zhnusit formou, meditovat na formu, tak jak Visuddhimagga vysvětluje a tak jak též vysvětlují spisy Ágama, základní spisy, meditovat na formě jako na něčem, co je překážkou. Jako furunklu, jako na boláku, jako na nádoru, jako na rakovině, jako na šípu, který vězí v našem těle a dává nám neskutečnou bolest. Jestliže takto meditujeme, tak vědomí formu vyplivne. Nechce. Protože vědomí, jak už jsem se zmínil několikrát, a to je třeba pochopit, jestliže to

nepochopíme, nepochopíme hloubku meditace, naše vědomí je tvořené naším vnímáním a našimi počitky. Těm se říká čitta samskára. Těm se říká formace vědomí. Bez těchto formací vědomí nemůžeme rozlišovat. My nemůžeme rozlišovat v tom smyslu, že rozhodneme: je to tak, a pouze tak. To je rozlišování.

Jenomže my nevidíme, že je to tak, a pouze tak jedině na základě takového a takového počitku a takového a takového vjemu. To my nevidíme. Kdo to vidí? Buddha to vidí, pokročilý bódhisattva může mít jistý vhled o tom. A tomu vhledu právě též napomáhá praxe těch neforemných objektů. Meditací na nekonečný prostor, tedy první arúpa džhána se vlastně znechutíme objektem. Hlubokou meditací na nekonečné vědomí se znechutíme subjektem. Protože vědomí se též nedá chytit. Meditací na nicotu se znechutíme jak objektem, tak i subjektem. Protože v nicotě už žádný subjekt, ani objekt není uchopitelný. A pak přichází ani vnímání, ani nevnímání, ten nejjemnější objekt v samsárickém vědomí, což je rozlišující vědomí. Je tak jemný, že se nedá říct, že vnímáme, nedá se též říci, že nevnímáme, stále tam ještě něco je. A pak už zbývá jen objekt vysvobození. Objekt vysvobození je objekt vysvobození, protože se nedá chytit. To, co chytáme, je jeho koncept.

Podle buddhistického písma, to najdeme též v písmu žáků, existence se nedá opustit existencí. Existence se nedá opustit existencí. Ale existence se též nedá opustit neexistencí. Jak existence je nesprávný názor, tak i neexistence je nesprávný názor.

A kam z tohoto dilema? Objekt není buddha, subjekt není buddha. No ale buddha existuje! A v čem existuje? Právě v této nemožnosti uchopení. To je transcendentální moudrost.

A tak tady máme příklad použití vlastně základního tréningu žáků, které v pozdějším mahájánovém učení jeho praxe je chváleno občas, ale už není zdůrazňována, ale v tréninku žáků je to vlastně základní tréning. I dnes, jestliže se chceme v Barmě stát učiteli meditace, musíme se naučit jak rúpa, tak arúpa džhány, abychom se stali kammatthána-čárja. To je část základního tréninku. Bez toho vlastně nemáme autorizaci být kammatthána-čárja.

A v raném buddhismu, který je představen sna nejlépe Kumáradžívou samotným, též v sútrách transcendentální moudrosti, my používáme ten základní trénink žáků k tomu, abychom praktikovali vipassanu z hlediska vlastně poznání bódhisattvů. Z hlediska poznání vše-vědomí. Co je základ vše-vědomí? Poznání neuchopitelnosti reality. A Buddha vše-vědomí, to je synonymum. Buddha je ten, který má vše-vědomí, protože překonal veškerá omezení daná právě počitky, vnímáním a vůlí.

A teď se podíváme na text. Já jsem vysvětlil základní principy, abychom ten text pochopili. A teď bude snad snadnější text pochopit. Pokud si pamatuji, my jsme nedošli ke konci ve vysvětlení nekonečného prostoru a ještě než začneme s nekonečným vědomím, upozorním na pár důležitých, zajímavých bodů, které máme ve vysvětlení meditace na nekonečný prostor.

Čili meditace na nekonečný prostor – je třeba pochopit – je vlastně meditace na nemožnost uchopení objektu. My, co chápeme, není objekt, ale je vlastně náš počitek, naše vnímání objektu, naše rozlišení objektu a naše vůle vůči objektu. Ale my objekt samotný nemůžeme

poznat. To je v textu jasně vysvětleno na základě rozboru atomu. Forma je forma, protože se skládá z částí. A části se skládají z částí až do nekonečna. To je též poznání moderní vědy. Přestože to je poznání moderní vědy, my vlastně, náš názor na to, že to, co tvoří objekt naší zkušenosti je něco, co musí být objektem chtíče, to není. Naopak. Naše chtíče se ještě zvyšují.

A vlastně to poznání, že objekt je neuchopitelný, to není nic, co přináší písmo mahájány, to máme v písmu základního buddhismu. I žák, Anáthapindika-sutta, vlastně Šáriputra vysvětluje Anáthapindika, velkému mecenáši buddhismu, že objekt je neuchopitelný, že mysl, která uchycuje objekt je neuchopitelná, všechno je neuchopitelné. A Anáthapindika umírá v pohodě. Protože viděl, že to co uchopuje, to jsou jeho vlastní představy. Nechává svých vlastních představ a umírá v pohodě.

Takže vracíme se k textu, text vysvětluje, jsme u druhé otázky, první otázku jsme probrali. Druhá otázka je, že vizuální smysl se skládá ze čtyř elementů a které nejsou viditelné. Čtyři elementy nikdy vidět nemůžeme, normálním okem. Tak jak může být oko analyzováno, jak může být oko diferenciováno? Oko též samo sebe nevidí, takže žádné vlastně z hlediska epistemologie nemůžeme na něm založit realitu. A text vysvětluje, protože to, co dělá oko okem neexistuje, ty čtyři elementy a barva atd., nedá se uchytit jako něco existujícího samo o sobě, no tak nemůže existovat ani oko. A atomy se nedá použít k tomu, aby epistemologicky založili existenci oka.

Takže text vysvětluje, že podle Buddhy, když dáme všechny fenomény dohromady, které mají schopnost vidět barvu, tak tímto způsobem my si představujeme, že oko existuje. My si jenom představujeme, ale my jeho skutečnou existenci nemůžeme nějak osnovovat na základě vlastní existence. Takže fixní realita toho, co nazýváme oko, nemůže existovat. Samozřejmě to se týče i všech ostatních orgánů a všeho, co ty orgány vnímají. Takže ať si představujeme, tak jako sautántrika, že atomy mají rozdílné díly nebo jako sarvástiváda, že žádné díly nemají, že jsou jednotka sama o sobě, monáda, jakémkoli způsobem my epistemologické bytí atomu my nemůžeme nějak na něm pracovat, nějak osnovovat, nějak na něm stavět.

A tak Buddha učí, o tom jsem se snad zmínil minule, že učí Rádhu, aby rozprášilo formu. Jestliže chceme formu poznat, musíme ji rozprášit. Buddha též učí, v Samjutta nikája najdeme sútru, kde Buddha učí, že ten, kdo má chtíč vůči rúpě, má chtíč vůči rúpě, protože rúpu nepoznal, protože formu nepoznal. Tím, že jsme nepoznali formu, my máme chtíč vůči formě. My se na formě lepíme. Čili jak poznáme, že jsme nepoznali formu? No, tím, že se lepíme.

A teď vidíme, že Buddha vlastně používá skutečnost tohoto nekonečného prostoru, džhány nekonečného prostoru, abychom pochopili, že to lepení se na formu je překážka k poznání, a že je třeba tuto překážku opustit. Opustit překážku neznamená, že formy nevnímáme. Ale my je vnímáme s tím, že lepení se na nich poznání škodí, vlastně nám znemožňuje formou proniknout.

Jestliže čteme Abhidharmakóša je tam dlouhá diskuze o tom, jestli v bezforemnosti je forma, jestli je v bezforemnosti tzv. ačá forma – dá se přeložit jako transparentní forma.

Transparentní v tom smyslu, že jedna forma může vstupovat do druhé. Že forma neexistuje a to je v arúpa, a to je závěr jak vaibhášika, tak i théravádového buddhismu – v arúpa džhánách není forma, ať už u bytostí, které se tam narodí – a v arúpa džhánách život trvá ve sféře nekonečného prostoru 20000 kalp. Ve sféře nekonečného vědomí 40000 kalp. Ve sféře nicoty 60000 kalp. Ve sféře ani vnímání, ani nevnímání 80000 kalp. A teď po 80000 kalpách jak může ta bytost znovu se narodit třeba v pekle nebo mezi námi lidmi, na základě čeho, když tam forma neexistuje. Podle théravády, podle vaibhášika, na základě vůle, té jemné vůle, kterou jsme použili k tomu, abychom se do těchto dimenzí dostali. Ta vůle vlastně zanechává stopy a ty stopy, když daný čas projde, tak zase vytváří novou realitu. Zanechává stopy kde? Ve vědomí? Ale ty stopy nejsou jako foremné. Podle sautrántika ty stopy pak jsou tzv. semena vědomí. To je zase něco neforemného.

A Buddha též vysvětluje v Pratítjasamutpáda, že z viňňána, z vědomí se vytváří náma-rúpa, náma to je psychično a rúpa, což je tělesno – se vytváří na základě vědomí. A Buddha též vysvětluje, že náš život je dán, život a teplo je základ vlastně kontinuity vědomí. My jsme živé bytosti, protože naše vědomí má kontinuitu na základě tepla a základě *áju*. *Áju* se dá, a též je vlastně, synonymum prány. A v théravádě je materiální prána a je duševní prána. Je *náma džívitindrija* a je *rúpa džívitindrija*. To je důležité rozdělení, to najdeme v théravádové Abhidharmě[357].

Z toho hlediska se dá vyvodit, a též někteří to vyvozují, že v arúpa musí existovat jistá jemná rúpa. Ať už existuje nebo neexistuje, rúpa konečné platnosti je neuchopitelná. A proto závěr je, že nemyšlení na to, že vlastnosti foremnosti, nemyšlení na vlastnosti rozdílu foremnosti je vstup do sféry nekonečného prostoru. A tento vstup do nekonečného prostoru, to už jsem vysvětlil naposled, ten vlastně ničí naše poznání formy jako něčeho, co má rezistenci, co má odpor a jako něčeho, co má rozdílnost. Vstup do sféry nekonečného prostoru ničí toto poznání.

V *Ájatana samjutta* Buddha učí…Tak jako rybář chytá rybu tím, že hodí do vody vnadu, po které ryba chňapne, tak my, bytosti omezené, chňapáme po objektech šesti smyslů. A tím, že chňapáme po objektech šesti smyslů, nacházíme se ve stavu nepohody, nacházíme se ve stavu toho, čemu Dhjána-váda, čemu jógáčára říká revoluce vědomí, nebo přeměna vědomí. Vědomí ztrácí svoji neuchopitelnou vlastnost, chňapání. A tomuto chňapání se říká *parináma*. Stejně tak, jako v sankhja filosofii vlastně vývoj je přeměna, zde vývoj vědomí, které má jen jedinou vlastnost, vlastnost prázdnoty, vlastnost takovosti, jinou vlastnost nemá, tato vlastnost je neviditelná právě chňapání. Poznáním chňapání, poznáváme skutečnou vlastnost vědomí.

[357] džívita, džívitindrija: ‚životní energie‘ (‚vitalita‘ či ‚život‘), může mít buď tělesnou povahu (rúpa-džívitindrija), nebo mentální povahu (náma-džívitindrija). Druhá schopnost je jedním z mentálních faktorů neoddělitelně spjatých s každým vědomím; srov. náma, čétaná, phassa. (Nyanatiloka: Buddhistický slovník)

Praxe pohroužení do sféry neomezeného vědomí

Kumáradžíva

Jestliže meditující [chápe] pocity, vjemy, útvary vůle a vědomí ve sféře neomezeného prostoru jako nemoc, vřed, nádor nebo trn, jako pomíjivé, neuspokojivé, prázdné a zbavené já, bude pak hledat [ještě] jemnější soustředění, aby mohl opustit objekt prostoru. Proč? Protože si jeho mysl uvědomí klamnou a iluzorní povahu prostoru, který vnímá[358]. Původně neexistoval, projevil se v současnosti, vrátí se do stavu nebytí. Takto rozumí utrpení spojeném s prostorem. Prostor vzniká z vědomí, a proto je vědomí skutečné. Jeho mysl tedy bude uvažovat pouze o tomto vědomí [které vnímá prostor] a opustí prostor jako objekt. Když meditující praktikuje kontemplaci vědomí, postupně uvidí totéž vědomí vznikající v nepřetržité kontinuitě toku vědomí jako říční proud nebo plamen lampy. Proud vědomí minulosti, přítomnosti a budoucnosti je nezměrný a bezmezný.

Otázka: Proč Buddha vysvětluje tuto sféru vědomí jako neomezenou a bezbřehou?

Odpověď: Vědomí je schopno vnímat vzdálené objekty, a proto je neomezené. Je neomezené, protože jeho objekty jsou neomezené dharmy. Kromě toho mysl meditujícího přijme neohraničený objekt vědomí [vnímající tento neohraničený prostor], až když odmítne neohraničený prostor, vědomí tedy musí být neohraničené. Jakmile se meditující mysl stane poddajnou, je schopna vědomí rozšiřovat, až se stane bezmezným. Tomu se říká sféra bezmezného vědomí.

Otázka: Tato sféra vědomí je obdařena čtyřmi agregáty. Proč se tedy učí pouze o sféře vědomí?

Odpověď: [V buddhismu] je vědomí vůdcem všech vnitřních dharem[359]. Všechny duševní faktory následují vědomí a patří k němu. Mluví-li se o vědomí, jsou tím implikovány všechny ostatní jevy. Kromě toho je v říši touhy vůdcem agregát tělesnosti. V říši jemných forem je vůdcem agregát pocitů. Ve sféře prostoru a ve sféře vědomí vystupuje jako vůdce agregát vědomí. Ve sféře nicoty je vůdcem agregát vnímání a ve sféře ani vnímání, ani nevnímání působí jako vůdce agregát útvarů vůle.

Navíc existují tři [kategorie] dharem, a to tělo, mysl a mentální faktory. Tělo je vedoucí v říši touhy a v říši jemných forem, protože tam mysl následuje tělesnost. Když už tělesnost neexistuje, pak funguje pouze síla mysli. Mysl má dva aspekty; jeden přijímá prostor jako objekt, druhý přijímá sebe sama jako objekt. Z tohoto důvodu existují dvě sféry: sféra prostoru a sféra vědomí. V první [sféře] člověk ruší formy, takže dostává označení (sféra) prostoru. Ve

[358] Srovnej V.M. tr. 360 nebo Patisambhidhamagga, P.T.S. 1979 A. Taylor ed.: 36.
[359] Viz S.N. tr. Bodhi:130: cittena niyati loko, ...

druhé [sféře], protože člověk ruší prostor, dostává pouze označení vědomí. Mentální faktory mají rovněž dva aspekty: vnímání a formace vůle. Proto by také měly existovat dvě sféry: sféra nicoty a sféra ani vnímání, ani nevnímání. Kromě toho člověk získá opuštění sféry prostoru, protože vědomí [vnímání prostoru] se stává objektem. Ačkoli tedy [ve sféře vědomí] existují i ostatní agregáty, přesto je pojmenován výhradně podle vědomí.

Bhante Dhammadípa

A tak se dostáváme k druhé arúpa a to je arúpa nekonečného vědomí. Nekonečné vědomí může patřit jedině a pouze nekonečnému objektu. Neb vědomí bere formu podle objektu. To je vlastnost vědomí. Jedinou vlastnost, kterou my můžeme poznat. Podle objektu nastavujeme vědomí. A podle objektu, když se nastaví vědomí – jak se nastaví? Na základě našeho počitku a na základě našeho vnímání. My na základě těchto formací vědomí, my pak se k objektu stavíme. Stavíme se mu formací vůle a faktorů vůle – jako pozornost, vitarka – vičára, atd. To jsou všechno faktory vůle, které na základě počitku a na základě vnímání vlastně formují náš postoj vůči objektu poznání. Dhjána-vjúha-sútra, což je důležitá sútra v mahájánové tradici tvrdí, že poznáním toho, že vše je pouhé vědomí, to je vlastně též základ zenové praxe, my též poznáváme, že objektu nemůžou existovat. Toto poznání je vzájemné. V zenové tradici existuje známý kóan, Ma-cu vždy tvrdil:

> Co vědomí, to buddha. To bylo jeho hlavní učení. A žák se ho ptá: Proč je vědomí buddha? A Ma-cu na to odpovídá: Aby dítě neplakalo. A když přestane plakat, žádný buddha, žádné vědomí.

Čili poznání nemožnosti poznat objekty, poznáváme též skutečnost vědomí a poznáním skutečnosti vědomí my poznáváme též nemožnost skutečnosti objektu. A rúpa, když známe buddhismus, známe, že rúpa vlastně vyvstává s vědomím. Sútry žáků – v mnohých místech najdeme toto tvrzení. …

> Svět je kontrolován vědomím, svět je veden vědomím, všechny fenomény jsou v moci jednoho fenoménu a to je vědomí.

To je v théravádových sútrách. Začátek nejpopulárnějšího spisu buddhismu – Dhammapada – přeloženo do češtiny též:

> Všechny fenomény jsou obsaženy ve vědomí. Vědomí vede všechny fenomény.

Ale teď jaké vědomí? To je důležité pochopit tento vjem je důležitý. A jak se dostaneme do nekonečného prostoru? Když čteme Visuddhimagga a podle toho též meditujeme, tím, že meditujeme na nekonečném prostoru jako na něčem, co je překážkou. Zase, co je nádor, co je nechtěné a pak, když obrátíme mysl na toho, kdo na ten prostor medituje jako na něco nechtěného, no tak se mysl usadí na nekonečném vědomí. Protože nekonečné vědomí je to, a jedině to, co může nekonečný prostor uchopit. To je paradox vědomí. Nikdo nekonečný prostor uchopit nemůže, kromě nekonečného vědomí.

A teď ovšem jaký paradox. Transcendentální sútra moudrosti učí, že charakteristika vědomí je právě nestálost. Vědomí vzniká a zaniká v každém momentu. To každý, kdo studuje buddhismus přijímá. Ovšem vědomí samotné zaniknout nemůže. Přesto, že zaniká v každém momentu – nezaniká. To je paradox vědomí. Zaniká, ale nezaniká. Stejně tak rúpa, když ji analyzujeme – zaniká. Zaniká, ale nezaniká. Vědomí, když ho analyzujeme – zaniká. Zaniká, ale nezaniká. Stále s námi žije. Rúpa stále s námi žije. Proto vše vzniká a zaniká. Jak může vše vznikat a zaniká a pokračovat? Transcendentální moudrost! Protože nic se vzájemně nemůže poznat. Proto může vznikat a zanikat v každém okamžiku a zároveň nezaniká. Protože se vzájemně nepozná. To je ta transcendentální moudrost.

A teď, jak jsme vysvětlili, ta poznání nekonečného vědomí, my poznáme na základě prajóga-avasthá – na základě úsilné praxe. Právě znechucování se nad nekonečným prostorem a tím pádem uchopení jemnějšího objektu.

A text vysvětluje proč můžeme uchopit nekonečné vědomí. Protože vědomí – zde navazujeme na specifika tohoto textu, že nahrazuje praxi džhán na transcendentální moudrost, bez které není žádné probuzení. Nemůže být žádné probuzení bez transcendentální moudrosti. A transcendentální moudrost znamená, že žádný objekt se nedá chytit jako takový.

A proč můžeme vstoupit do prohloubení na nekonečné vědomí? Protože jsme pochopili iluzornost vědomí. Iluzornost jakého vědomí? Iluzornost toho vědomí, které vidí ten nekonečný prostor. Kdybychom nepoznali iluzornost tohoto vědomí, my bychom ho nemohli chytit. Protože něco opravdového my chytit nemůžeme, to z epistemologického hlediska je nemožné. Takže vlastně co je zde za pochopení? Že prostor, a v prostoru my můžeme chápat formy, jestliže není prostor my žádnou formu chápat nemůžeme. My chápeme formy, protože mají ohraničení prostorem. Prostor je to, definice prostoru je to, co ohraničuje formu. Jestliže žádná forma není k ohraničení, no tak pak poznáme iluzornost prostoru.

A poznáme, že prostor vychází – jestliže meditujeme na vědomí, které poznává nekonečný prostor – tak text vysvětluje, že tím poznáme, že vědomí je skutečné. Ale jak uvidíme, teď vlastně už čas končí, to skutečné vědomí je skutečná charakteristika vědomí. Vědomí je skutečné, protože má skutečnou charakteristiku. Stejně tak, jako rúpa je skutečná, forma je skutečná, protože má skutečnou charakteristiku. Tím jsme začínali. A co je skutečná charakteristika? Skutečná charakteristika je právě takovost. Což není nic jiného, než prázdnota v nedualistickém smyslu. Prázdnota v nedualistickém smyslu znamená právě *nemožnost*

uchopení. Ten, kdo chce pochopit skutečnou meditaci, medituje na neuchopitelnost. Ale meditace na neuchopitelnost není v protikladu s rozlišováním objektu. To je třeba pochopit.

Jestliže meditace na neuchopitelnost je v protikladu s rozlišováním objektu, pak ta neuchopitelnost je dualistická. Taková neuchopitelnost je koncept. A transcendentální moudrost je skutečná právě proto, že žádný koncept není. Jak Nágardžuna vysvětluje, jestliže prázdnota je koncept, taková prázdnota je právě ta největší překážka. Ale my můžeme používat koncepty k tomu, abychom prázdnotu poznali, ale jestliže se prázdnota stane konceptem – to je horší překážka než koncept skutečné bytosti. Proč právě v praxi bódhisattvů je právě logika tak důležitá? Protože logika právě vede, dialektika vede k poznání neuchopitelnosti objektu. A to je nezbytný doplněk praxe vysvobození. Bez tohoto doplňku, podle učení Nágárdžuny, podle učení velkého vozu, vlastně pokud nebereme perspektivu transcendentální moudrosti, pak proces probuzování je o to obtížnější. Proč jsme už vysvětlili. Protože vše, co poznáváme, je proces. A proces nemá ani skutečný začátek a nemůže mít ani skutečný konec. To je nedualistická podstata skutečnosti.

A tady pro dnešek skončíme a příště pojednáme o praxi meditace na nicotu a spojení nicoty s poznáním nemožnosti uchopování objektu. Pak už jen zbývá poznání *bhavágra*[360], to je poznání toho objektu, který je tak jemný, že se nedá o něm říci, že je uchopitelný nebo neuchopitelný. A jemnější je pak už jenom vysvobození. A o vysvobození musíme mít jasnou představu. Právě proto po poznání nejjemnějšího objektu, poznání v našem textu, čtyř vznešených pravd, které jsou objektem probuzení žáků. Objekt probuzení bódhisattvů je pak pochopení čtyř vznešených pravd, jak vysvětlují texty mahájány, jakožto pravdy jediné. Pravdy takovosti.

Příští týden pojednáme o nekonečném vědomí, tím skončíme a probereme nicotu. Nicoty, kterou text též spojuje, jako ostatní neforemné objekty, vlastně s vipassanou, s poznáním neuchopitelnosti naší reality. To není nic, co se příčí učení žáků, Buddha i v učení žáků vysvětluje, že pět agregátů, které tvoří naší existenci, jsou neuchopitelné. Jako pěna, jako vnitřek bambusu, jako iluze, jako přelud, mnoho, mnoho přirovnání. A jelikož my ulpíváme, tak se nacházíme ve snu. A tím, že chápeme sen jako sen, vlastně naše praktika se stává čím dál tím jasnější a čím dál tím pochopitelnější.

Předáme zásluhy…

[360] Bhavágra (pálijský bhavagga) - nejvzdálenější konec světa. nejvyšší bod vesmíru, existence; hranice bytí; často místně, ale i přeneseně.

(21. část)

Začali jsme s nekonečným vědomím, ale neskončili jsme. Podíváme se s jakou zručností tady mistr Kumáradžíva nás vede k poznání, že všechno, co chytáme jsou vlastně jenom naše blbosti. Ať už v nejvyšším peklíčku nebo nejvyšším pekle, stejný princip. Jelikož jsme bytosti a bytost se označuje tím, že se snaží chytat. A tím, že chytáme, tak tím jsme v nepohodě. A tato nepohoda je vlastně ve všech sférách poznání. Proto musíme jít přes všechny ty sféry poznání, abychom poznali, že není v žádné té sféře co chytit.

A pak jsme připraveni pochopit čtyři vznešené pravdy, jakožto žák pochopíme čtyři, jakožto bódhisattva pochopíme jednu, protože nakonec čtyři pravdy, jak uvidíme je jedna pravda. A ta pravda je právě ta pravda, že to, co chytáme je vlastně vyjádření naší nevědomosti. Protože jsme nepoznali to, co se chytit nedá. A tak my furt chceme něco chytit. Což je normální věc. Když chytáme dobré věci, tak žijeme dobrým životem, když chytáme věci, které nám škodí, tak žijeme životem plným strasti. To je halt naše karma, to jsme si vysvětlili.

A teď jsme vlastně v těch nejvyšších sférách světského poznání, což jsou sféry nemají foremnost. A v předešlých lekcích, nebo přednáškách jsme se naučili, že z hlediska epistemologie se hmota, foremnost nedá chytit, protože ať si ji představíme jakkoliv, tak když ji rozebereme, tak nenajdeme žádnou částici v ní, která stojí. Nic v hmotě nestojí. To, co stojí, to je naše představa hmoty. No a jelikož my trpíme hlavně díky našim představám hmoty, představám formy, o kterých si myslíme, že se jich můžeme zmocnit, že nám patří. Jako první musí Kumáradžíva jakožto učitel meditace musí rozbít tuto představu, protože základ našeho ulpívání je ulpívání na formách.

Teď jsme rozbili formy a zbývá vědomí. Vědomí je to, co formy rozlišuje. V tom rozlišení forem je už vlastně naše vůle. Vůle z hlediska buddhismu znamená akumulace sanskár neboli formací vůle. My ty formace vůle akumulujeme a na základě této akumulace, které se říká *abhisankhára*, my tvoříme ty akumulace. Na základě těchto akumulací my pak se stavíme k naší skutečnosti. Ne, že my ji reflektujeme tak, jak je, my reflektujeme už na základě akumulací našich formací vůle.

A teď z hlediska théravádové meditace, což je velice důležité pochopit. V théravádové meditaci jestli se učíme šamatha a vipašjana, na rozdíl od šamatha vipašjana by měla fungovat na skutečných objektech. To je základ vlastně théravádové meditace, že my poznáváme ty objekty, které jsou skutečné, v těchto skutečných objektech my nemůžeme rozlišit nějaké já nebo to, co já patří. Zatímco meditace šamatha je na mentálních obrazech. Tedy na konceptech. To je ten rozdíl.

Jsme u meditace na bezforemné objekty. Jak už jsem se zmínil, v théravádové tradici vlastně zkušenost bezforemných objektů a samádhi na bezforemné objekty je trénink v koncentraci. A koncentrace a moudrost, moudrost spočívá ve správném rozlišení, čím detailní toto správné rozlišení je, tím vlastně bude hlubší. Takže skutečnými objekty meditace vipašjana neboli

vhledu jsou skutečné objekty. A poznáním těchto skutečných objektů a poznání jejich nestálosti my získáme vhled.

Viděli jsme, na rozdíl od théravády, v severní tradici spojujeme meditaci šamatha s vipašjanou. To doufám, že z tohoto textu a analýzy tohoto textu, že je to jasné. To je specifika té severní tradice. A tato tendence není jen ve vysvětlení meditace bódhisattvů, ale tendence už jsou i ve vysvětlení meditace žáků. Jestliže studujeme *Vibhášašástra* atd., jestliže studuje i Abhidharmakóša, vidíme, že stále je tam ta tendence spojovat šamathu s vipašjanou tím, že do praxe vipašjany též vlastně vsunujeme epistemologii poznání, vědu poznání, filosofii. A jestliže čtete, obzvláště v mahájánové tradici, ale ta tendence je už v tradici žáků, jestliže čtete o vipassaně, už je tam mnoho diskuzí o konceptech. A vipassana se nedá, vipassana na skutečné objekty se neodděluje od vipassany na koncepty. Protože vipassanou na koncepty získáváme vlastně správný názor a bez správného názoru, ať meditujeme jakkoliv, tak si to nemůžeme správně formulovat. Takže budeme mít tendenci k jistému extrémnímu poznání, že vše je nestálost a jedině nirvána je skutečná, že vše je jen utrpení a jedině v nirváně žádné utrpení není.

A toto je též jednostranný názor. A my studujeme moudrost, abychom se vyhnili jednostrannému názoru. A jak se vyhneme jednostrannému názoru? Z hlediska severní tradice, kterou my teď vlastně studujeme, z hlediska poznání žáků, což je vlastně zajímavé na tomto textu. Proč? Protože Buddha učil transcendentální moudrost právě hlavně žáky, protože ti transcendentální moudrost můžou, na rozdíl od nás, jasně pochopit. Arahat jasně pochopí pravdu transcendentální moudrosti, protože v poznání arahata už vlastně není objekt, na který by ulpíval. A jelikož toto poznání odpovídá skutečnosti, proto svět je od samého počátku vlastně tak, jak ti vidí arahat, ne tak, jak to vidíme my. Není nic, čeho se chytit. To, čeho se chytáme, to jsou naše koncepty. Právě my musíme do vipassany ty koncepty jasně vklíčit. A o to se právě snaží tento text.

V poznání nekonečného prostoru jsme vklíčili poznání nemožnosti uchytit hmotu. První jsme se znechutili hmotou, abychom se dostali do nekonečného prostoru. Bez znechucení, *nirvéda* (rozčarování, deziluze) - my se dostaneme do nekonečného prostoru, protože získáme rozčarování hmotou. Rozčarování s formou. Jestliže nejsme rozčarovaní, jestliže nejsme zhnuseni, jestliže nemáme deziluzi o skutečnosti formy, tak my se do toho nekonečného prostoru nedostaneme.

Jestliže čteme Visuddhimagga atd., tak se jedná o co? Jedná se hlavně o cvičení v koncentraci. Tím, že vidíme, že ten neforemný objekt umožňuje hlubší koncentraci, a proto se vlastně znechutíme formou. V textu se vkličuje filosoficky, epistemologicky poznání, že od samého počátku to, co chytáme je naše představa formy. Forma se nedá chytit.

A teď jsme v představě toho, že vědomí se nedá chytit, protože to vědomí, které chytá formu se přetváří tou formou. A vědomí, které chytá nekonečný prostor je přetvořené nekonečným prostorem. Ale meditující, aby uchytil toto nekonečné vědomí – a tady je ten inside – vědomí je skutečnost. V théravádě též. Vědomí je skutečnost. My můžeme popřít všechno, ale těžko

můžeme popřít vědomí. Vědomí je skutečnost, ale tu skutečnost my nemůžeme chytit, protože to, chytáme, už je vlastně přetvořené vědomí.

A jelikož to vědomí je přetvořené nekonečným prostorem, tak se stane nekonečnem. To je ten vhled. A vědomí je skutečný objekt, proto vlastně tento vhled je opravdový. Nekonečný prostor je koncept. Ale vědomí jako takové je něco, co má skutečné charakteristiky. Prostor nemá žádné skutečné charakteristiky, protože prostor je to, co právě dává meze hmotě. Jinak my si nemůžeme prostor představit, než to, co dává hranice foremnosti. A teď jsme foremnost rozbili, tak to vědomí, které je skutečné, tak vlastně také rozbíjíme tím, jeho skutečnost jako něco, co se dá chytit. Protože vědomí je přetvářené objektem. A to, co je přetvářeno objektem se od objektu liší právě objekt normálně není průchodný, ale vědomí je průchodné. Ať je to jakékoliv vědomí, je průchodné.

A to vědomí, které je průchodné, když se chytí objektu, tak vstává a vyvstává v každém okamžiku. Ale to, co vyvstává a zaniká v každém okamžiku, to je vlastně to přetvořené vědomí, které se chytá objektu. Ale vědomí samotné nezaniká. Zaniká to přetvořené vědomí, které se přetváří tím objektem.

A co je důsledek toho ve filosofii transcendentální moudrosti? Že díky tomu vlastně všechny fenomény, které můžeme poznat, jsou ve stavu izolovanosti, protože to, co je dává dohromady, je právě vědomí. Čili ve stavu izolovanosti nic se ničeho nemůže dotýkat. Nic se nespojuje, nic se nerozrušuje. Co se nespojuje a co se nerozchází, to není přetvořené. Všechno ostatní je přetvořené. Čili meditující se připravuje tímto poznáním na přijetí toho, čemu se říká nirvána, čemu se říká takovost, toho čemu se říká prázdnota. Ale prázdnota je prázdnota charakteristik, které by se daly uchopit. To je skutečná prázdnota.

Prázdnota, kterou my chápeme na základě vyšší koncentrace, k tomu dojdeme dneska, to je prázdnota transformovaného vědomí, přetvořeného vědomí. To je prázdnota, která se dá chytit. Taková prázdnota je znovu iluze. A jak se dostaneme do takové prázdnoty, které se dá chytit? Tím, že něco popřeme. A jak se dostaneme do další sféry po tom, co jsme poznali, že vědomí se nedá chytit? Jak se dostaneme do další, hlubší koncentrace, do jemnější sféry? Tím, že v tom nekonečném vědomí hledáme nekonečný prostor. A v tom nekonečném vědomí nekonečný prostor nenajdeme.

A co je závěr toho? To je přesně to, co vysvětluje Madždžhima-nikája, komentáře, že to, co něco je, to je rága! To je náš chtíč se něčeho uchytit. Realita je *ákiňčaňňa*[361], nedá se uchopit, ale to, co uchopuje, to je rága. Rágy to je tršna, to je kiňčaňňa. Čili zase vlastně používáme koncept na pochopení, že ten nejvyšší koncept je ten, který rozbíjí všechny koncepty.

A pak se dostáváme do sféry, kde už jakékoli rozlišení nemůže být jasné rozlišení. Než se budeme věnovat textu, tak jako obvykle měli bychom získat jasný náhled na to, co studujeme. Ta nejvyšší sféra poznání ve světě, nejvyšší v tom smyslu, že je nejjemnější. To jemnější

[361] ákiňčaňňa-čétó-vimutti: osvobození mysli od přívěsků či osvobození mysli skrze nicotu. (Madždžhima-nikája 43)

z hlediska meditace je vždycky to, nejhlubší. Proč nirvána, proč takovost je to nejhlubší? Protože se nedá uchytit. Abychom pochopili to, co se nedá uchytit, nejlepší je snažit se to uchytit v nejhlušší mysli, což je mysl, která nemá ani konceptualizaci, ani se nedá říci, že nemá konceptualizaci. Visuddhimagga vysvětluje několik úkazů na to, abychom to pochopili. Mistr říká žákovi:

> Přines mi vodu! Žák říká mistrovi, že tam viděl vodu.
>
> Tak mistr mu říká: Tak dobře, jdeme se vykoupat. Mniši mají speciální kus látky na koupání. Přines mi tu koupací látku a jdeme se vykoupat.
>
> Ne, tam není voda.
>
> Jak to, vždyť si říkal, že tam je. Tam je voda, ale ne na koupání. V tom se nedá koupat.

Stejně tak v té nejvyšší sféře poznání existují čtyři agregáty (teď už jsme v neforemnosti), ale neexistují v tom smyslu, že je můžeme nějak zpracovat. Konceptuálně zpracovat. Tohle je počitek, tohle je vnímání, tohle je vůle, tohle je to, co rozlišuje objekt. To už tam není. Komentáře tvrdí, to je nad naši schopnost poznání, že ani moudrý Šáriputra, nikdo kromě Buddhy samotného nemůže rozlišit agregáty ve sféře ani vnímání, ani nevnímání. To je nad schopnost myslí. Jenže Buddha nemyslí. To je ta transcendentální moudrost.

Buddha nemyslí jenom reflektuje věci tak, jak jsou. To je základ poznání transcendentální moudrosti. Poznání bez myšlení je skutečné poznání. A v tomto skutečném poznání Buddha tím, že nerozlišuje, rozlišuje všechno. A to je transcendentální moudrost. Ale aby rozlišil všechno, to musí poznat všechno. A poznat všechno, to jsou všechny sféry poznání. Všechny sféry poznání jsou z hlediska buddhismu, z hlediska jógy je vlastně kosmologie. Kosmologie není nic jiného než sféry poznání. A poznání pochází zevnitř, ne zvenku. A všechno, co můžeme poznat, to jsou tři sféry poznání. Tři sféry poznání, seřadili jsme si je od té nejhrubší do té nejjemnější. V té nejjemnější teď, co se učíme v té bezforemnosti, to je sféra je označena, že se dá ani vnímat, ani že se nedá vnímat. Můžeme tam být, ale stejně tak, jako v málo vodě se nemůžeme koupat, tak v té sféře už nemůžeme nic jasně rozlišovat.

A když nemůžeme nic jasně rozlišovat, tak vlastně – můžeme to aplikovat na naši zkušenost, to, co rozlišujeme, to jsou vlastně naše koncepty. Když ty koncepty nejsou jasné, tak my též nemůžeme nic jasně rozlišit. A ta sféra, kde se nedá nic jasně rozlišit, té se říká *bhavágra*. Bhava – agra, agra je špička a bhava je existence. Buddha tvrdí, to najdeme v agamách, na tom je též stavěna buddhistická kosmologie, je příběh, že jistá *dévata* chce se dostat na konec světa. Na konec světa se ale ovšem nikdo dostat nemůže, to už i astronomie ví, nikdo se na konec světa nemůže dostat. A jelikož se nemůže dostat na konec světa, i když má velké nadpřirozené schopnosti, může létat rychlostí mysli, přesto se nedostane na konec světa. Tak jde k Buddhovi a ptá se ho, jestli je možné se dostat na konec. A Buddha mu řekne: Nikdo se nemůže dostat na konec světa tím, že tam jde, nebo dnes nějakou družicí, ale Buddha říká, jestliže nepoznáme konec světa - já netvrdím, že je možné poznat, že pokud nepoznáme konec

světa, můžeme poznat konec utrpení, konec strasti. Abychom poznali konec strasti, musíme poznat *nezbytně* konec světa.

A jak poznáme konec světa? Za prvé epistemologicky, filosofickým zkoumáním, které je vklíčeno též do vipassany v severní tradici. A pak též jogínskou zkušeností. Jogínskou zkušeností ve světě žádný jemnější objekt nemůžeme poznat, než právě tu bhavágra. Tu špičku světa, což je sféra poznání, která *nedovoluje* jasné rozlišení objektu. A co je za tou sférou nejjemnějšího objektu, nejjemnějšího poznání? To je právě ten konec utrpení. Ať už to nazveme nirvána, ať už to nazveme takovostí.

A teď vlastně transcendentální moudrost a Kumáradžíva, autor nebo ten, kdo vykládal tento text svým žákům, tak nás vlastně vede k tomuto poznání na základě tradičního výcviku žáků, který každý kdo se učil šamathu a vipašjanu podle tradičního postupu, který vlastně prošel. Ať už v jižní tradici nebo v severní tradici, vlastně procházíme všemi těmito stádii, abychom pochopili poznání. Když pochopíme poznání, pochopíme svět. My pochopíme poznání tím, že se dostaneme na konec poznání. To je paradox a tento paradox vlastně vklíčit do vipassanového tréninku.

A to je přesně, o co se autor tohoto traktátu snaží. Vklíčit tradiční výcvik v koncentraci s vhledem, v transcendentální moudrost, což neznamená nic jiného, než že nic se nedá uchopit. Nic se nedá získat. Nic se nedá poznat v tom smyslu, že to bude mít vlastní formu. To, co má vlastní formu je jenom imaginace formy, která přeměňuje vědomí. Vědomí samotné žádnou formu nemá. Ta forma, kterou mu my dáváme, to je vlastně přeměna vědomí.

A teď se vracíme k textu a uvidíme jak Kumáradžíva nás k tomuto pochopení, že vlastně vědomí samotné se nedá chytit. To, co my chytáme, je vlastně vědomí ve své přetvořené formě. Ve formě přetvořené držením se objektu. Teď objekt je vlastně ne-objekt, nekonečný prostor, ale tento nekonečný prostor, když se ho držíme ve vědomí, abychom se dostali do samádhi nekonečného vědomí, musíme držet ten nekonečný prostor ve vědomí. Jinak se tam nedostaneme. Když ho držíme ve vědomí, obrátíme se na vědomí samotné, a protože to vědomí samotné bylo přetvořeno tím nekonečným prostorem, který je koncept, tak vědomí, které my držíme, je vlastně náš koncept vědomí. A to je též vipassanový vhled. Vědomí je to, co je přetvořeno objektem. Když je objekt malý, tak je přetvořeno malým objektem, když je objekt velký, tak je přetvořeno velkým objektem, když je objekt hrubý, tak je přetvořeno hrubým objektem, když je objekt jemný, tak je přetvořeno jemným objektem, když je objekt nekonečný, tak přetvořeno nekonečným objektem.

A to je ten inside, to je ta vipašjana. Ať už tuto vipašjanu získáme přímým vhledem nebo ji získáme tím, že si to dedukujeme, tak toto poznání je velice důležité v pochopení vipašjany. A umožňuje to rychlý postup ve vipašjaně. Co vlastně transcendentální moudrost tvrdí je to, že když získáme perspektivu transcendentální moudrosti, pak ten proces vipassany bude daleko lehčí. Proč? Protože od samého počátku my meditujeme na to, že naše uchopování objektu je něco, co naši praxi neprospívá. Ale přesto my ty objekty uchopujeme, protože my chceme dojít k poznání, k poznání dojdeme uchopováním objektu. Ale ty objekty nejsou skutečné, to jsou

jen koncepty. Když nám někdo nevysvětlí pět agregátů existence, tak my se k nim nedostaneme.

Jak se tedy dostaneme do sféry nekonečného vědomí? Text vysvětluje, protože první, abychom se dostali někam výš, musíme se znechutit nebo rozčarovat s tím, co je níže. To je základní proces, který máme též v agamách, v základním písmu najdeme stejný proces. Abychom se dostali do jemnější sféry poznání, musíme se znechutit tou hrubší sférou poznání. Abychom se dostali k jemnějšímu počitku, my se musíme znechutit tím hrubším počitkem. Anebo si ho transformovat. To je pak tantrická praxe. Jak si ho transformujeme? Že použijeme to nižší k pochopení toho vyššího. Jak použijeme to nižší k pochopení toho vyššího? Tím, že se přeneseme do jemnější sféry poznání. V té jemnější sféře poznání i to hrubší se stává jemnější.

Jak text vysvětluje, my se dostaneme do jemnější sféry, tedy vyšší sféry nekonečného vědomí tím, že jsme se rozčarovali tou nižší sférou, což je nekonečný prostor. Jak jsme se rozčarovali nekonečným prostorem? Tím, že vidíme, že je to pouhá iluze. Je to prostě jenom pouhý koncept, který jsme použili k tomu, abychom se dostali do hlubší koncentrace. Tento koncept nám pomohl. Ale tento koncept jako sám je též vlastně naše iluze něčeho, čeho se chceme chytit. Protože nekonečného prostoru se chytit nemůžeme, tak jsme rozčarováni nekonečným prostorem. A tím, že jsme rozčarováni nekonečným prostorem, můžeme se chytit něčeho, co je jemnější než nekonečný prostor a to je nekonečné poznání. A protože naše poznání v této neforemné sféře je tak jemné, když se obrátíme z objektu na subjekt, tak jsme ve sféře nekonečného vědomí. To je právě ta výhoda džhány, ta výhoda džhány k vipašjaně, že v džháně my se můžeme obrátit na vědomí, které si je vědomo objektu džhány. Normálně my nemůžeme chytit vědomí, které je si vědomo bezprostředně předcházejícího objektu. Ale v džháně to můžeme.

Jestliže používáme teorii théravády, můžeme to proto, že ve džháně zůstává stejný objekt a stejná mysl, která rozlišuje. A ta stejná mysl, která rozlišuje vyvstává a zaniká v každém okamžiku. A jelikož ten objekt se nemění a mysl splynula s tím objektem tak, když se obrátíme z toho objektu, s kterým mysl splynula na mysl samotnou, tak vidíme, jak vlastně ta mysl plyne do toho objektu. A to je výhoda vipassany v džháně. Jak už jsme se zmínili v jižní tradici říkáme, že vycházíme z džhány, abychom praktikovali vipassanu. V severní tradici, která nevysvětluje jako jižní tradice *čitta-víthi*, proces vědomí, vysvětluje sice proces vědomí, ale na jiných principech, o tom teď nebudeme mluvit, až budu učit jógáčáru, tak to můžu vysvětlit.

Vědomí v džháně je stejné vědomí, protože splynulo s objektem a vzniká a zaniká v každém okamžiku. A meditující, jestliže se obrátí na to vědomí samotné, může si být toho vědom. Jestliže normálně praktikujeme vipassanu bez džhány, nejsme si vědomi toho vědomí, které vzniká a zaniká v každém okamžiku. Proč? Protože ten objekt se také stále mění. Ale objekt džhány se nemění, ten zůstává stále stejný. Právě proto vědomí vzniká a zaniká konsekventně, dlouhou dobu na stejném objektu. Takže nedochází k *čitta-víthi*, nedochází k tomu, co nazývá Visuddhimagga *ulice vědomí*. Ulice vědomí se chytá objektu, že prochází jistými čitta nijama, jistou formou, ale zde tomu tak není, protože vědomí splynulo s objektem.

A proč je ten nekonečný prostor, stejně tak, jako všechny předměty, proč jsou iluzorní? Protože před tím, než jsme se jim věnovali, tak nebyly, když se jim začneme věnovat, tak vyvstanou. A to, co vyvstává, když se tomu začneme věnovat a též zaniká, nemůže být něco skutečného, něco, co existuje samo o sobě. Být skutečný znamená existovat sám o sobě. A vlastně vipassana není nic jiného, než toto poznání, že samo o sobě nic nemůže existovat. Protože my jsme dali do toho poznání jistou formu, tak ten objekt vyvstane a zanikne.

A to, co jsme dali do vědomí, to je nekonečný prostor. A nekonečný prostor je spojen právě s tím vznikáním a zanikáním, což je strast. A právě proto, že vidí ten nekonečný prostor jako strast, jako něco nevítaného, nechtěného, tak může opustit ten nekonečný prostor. Opustí objekt. Protože v džháně, když opustí objekt, tak jde vlastně k subjektu, protože v džháně objekt a subjekt splývají. A to vědomí, kterého si bude vědom, to bude to vědomí, které se chytá toho objektu. To je už transformované vědomí tím objektem.

To je ten inside, to je ta vipassana. To vědomí, kterého se chytáme, to už je to vědomí, které tím objektem je transformováno, přeměněno. A jestliže to chápe, tak vidí, že i to vědomí, které vzniká a zaniká na uchopování nekonečného předmětu, je též vědomí, které je nestálé, které se dá srovnat s plamenem svíčky nebo lampy. Ale je nekonečné, protože objekt je nekonečný. Tady je ta vipassana. Vědomí je to, co přetvořené objektem. Když je objekt konečný, vědomí jakoby bylo konečné též, když je objekt nekonečný, vědomí se stane též jakoby nekonečným. Ale to vědomí jakoby nekonečné není skutečné vědomí, protože je přetvořené tím objektem. Abychom se dostali ke skutečnému vědomí, musíme pochopit vědomí, které přetvořené objektem není. A to vědomí, které není přetvořené objektem, tomu se říká takovost.

A teď ten inside, který tady máme je, že vlastně meditující tím, že si je vědom toho, jak se vědomí přetváří na základě objektu, které bere, tím získává to vědomí, které je flexibilní a které na ničem nelpí. A to vědomí, které je flexibilní a které ničem nelpí, to je to vědomí, které je napojeno na transcendentální moudrost. Čili tato zkušenost objektu, nekonečného objektu, který je objektem nekonečného vědomí, vede k poznání nekonečných horizontů vědomí. Vědomí může brát jakýkoli objekt. Proto vědomí je jako prostor, to je základní meditace, ale není prostorem. Jako prostor, ale není prostor. Jako prostor, protože prostor se nedá uchopit, ale není prostor, protože je přetvoření toho, co se uchopit dá.

Teď přicházíme k důležité věci, abychom se dostali na konec utrpení, musíme poznat konec světa. Konec světa je vlastně poznání všeho, co ve světě je. A v buddhismu nebo v józe máme svět, který poznáváme na základě pěti smyslů, rozlišení pěti smyslů, na základě jemných forem a pak na základě neforemnosti. Nic jiného ve světě nemůžeme rozlišit.

V našem světě, který poznáváme na základě hlavně zkušenosti pěti smyslů, o čem stále myslíme? O tom, co jíme, o tom, co vidíme, o tom, co slyšíme, o tom, co čicháme, o tom, čeho se dotýkáme. V naší sféře poznání vlastně toto je hlavní objekt veškerého našeho myšlení. A

právě proto sféra káma, sféra *paňča-guna*[362], sféra, kterou definujeme na základě objektu pěti smyslů, chtíčů pěti smyslů, to je ta sféra, kde dominuje forma.

Abychom se dostali nad hrubou formu, potřebujeme mít jemný počitek. Když nemáme jemný počitek nedostaneme se do džhány. Džhána není nic jiného než zkušenost jemného počitku, který umožňuje splynutí s jemným objektem. První je tvoření jemného objektu, jemného počitku, tvoření jemného počitku je tvoření jemného objektu. A to všechno, ten jemný objekt a jemný počitek, tvoří vědomí, formují vědomí, přetváří vědomí. A teď text vysvětluje, že ve formě rúpa, ve sféře jemných objektů, jemných forem, dominuje co? Dominuje počitek. Protože my jsme se do té sféry dostali na základě jemného počitku.

Abychom se dostali nad jemnou formu, potřebujeme co? Potřebujeme jemné vnímání. Bez jemného vnímání my se nad formu nedostaneme. A právě proto text vysvětluje, že ve sféře nekonečného prostoru a nekonečného vědomí, které ten nekonečný prostor vnímá to, co dominuje naše poznání, to je vlastně to, co dominuje naše vnímání, to jemné vnímání. Bez jemného vnímání my se nad počitek jemné formy nemůžeme dostat. Jemné vnímání nám dá najevo, že ta jemná forma, která se dá ještě rozlišit, není to nejjemnější vnímání. To nejjemnější vnímání musí být jedině na základě odstranění formy. Právě abychom tu formu odstranili potřebujeme jemnější vnímání. Ještě jemnějším vnímáním se dostaneme k ještě jemnějšímu počitku.

Takže abychom se dostali do sféry nad formu potřebujeme, v tomto textu je to vysvětleno trochu jinak, potřebujeme jemnější vědomí. Samozřejmě jemnější vědomí je založené na jemnějším vnímání. Čili jemnějším vědomím my se dostaneme nad poznání formy. A to jemnější vědomí je dominující ve sféře nekonečného prostoru a nekonečného vědomí. Tak je to alespoň vysvětleno v našem textu.

Já jsem dal toho vědomě hned od samého počátku, abychom překonali toto vědomí, toto vědomí založené na jemnějším vnímání, potřebujeme ještě jemnější vnímání. Čili ještě jemnější koncept.

[362] Pět smyslových předmětů (rúpa, rasa, gandha, sparša a šabda).

Praxe pohroužení do sféry nicoty

Kumáradžíva

Když meditující dosáhne sféry neomezeného vědomí, měl by, pokud chce usilovat o jemnější soustředění, rozjímat o neduzích vědomí dříve popsaným způsobem. Dále rozjímá o iluzorní, neskutečné a klamné povaze vědomí, jak se jeví v závislosti na příčinách a podmínkách[363] bez osvobození. Vzniká s příčinami a zaniká bez nich. Vědomí nepřebývá v pocitech, ani v objektech [pocitů], ani nepřebývá mezi nimi, nemá sídlo ani nesídlo. To jsou vlastnosti vědomí. Blažený vysvětluje vědomí jako iluzi[364]. Po takovém rozjímání získá meditující opuštění (vzdání se) vědomí. A dále praktikující medituje: „Stejně jako jsou iluzivní a klamné předměty pěti smyslových tužeb, tak je klamná i tělesnost, stejně jako je iluzivní a klamná tělesnost, je klamný i prostor. Protože prostor je iluzorní a klamný, jsou takové i vlastnosti vědomí. Všechny tyto [objekty] jsou jen iluze a klam, a tak jsou všechny [skutečné] dharmy pouhým trápením vnímajících bytostí. Prázdnota, nicota je klidná a stabilní“[365]. Po takovém rozjímání meditující vstupuje do sféry nicoty.

Otázka: Jaký je rozdíl mezi sférou prostoru a sférou nicoty?

Odpověď: V prvním případě mysl vnímá prostor jako objekt, nyní v této [sféře] mysl vnímá jako objekt nicotu. To je rozdíl mezi nimi. Když praktikující vstoupí do sféry nicoty, pokud má pronikavé rozlišování, uvědomí si, že v ní stále existují vjemy, vnímání, formace a vědomí. V souladu od ní odkloní (znechutí) způsobem, který byl popsán dříve. Meditující s omezenou rozlišovací schopností si to uvědomit nedokáže.

A dále existují tři náhledy, které vedou meditujícího k opuštění sféry nicoty: náhled (skutečné) existence, náhled neexistence a náhled ani existence, ani neexistence. Náhled existence[366] [převládá] od sféry touhy až po sféru neomezeného vědomí. Náhled na neexistenci je sféra nicoty. Náhled ani na bytí, ani na nebytí je ve sféře ani vnímání, ani nevnímání. Tento náhled na neexistenci je třeba opustit. Proč? Protože i to, že ani vnímání, ani nevnímání není jemné, je třeba opustit, co říci o sféře nicoty? Po takové meditaci člověk opustí sféru nicoty.

---

[363] Avašíkrta (avashiikrita)
[364] Viz S.N. Khandhasaṃyutta, tr.:953
[365] Viz V.M. tr.: 363.
[366] Bhavadṛṣṭi & abhavadṛṣṭi

> Otázka: V buddhistickém učení se také setkáváme s prázdnotou jako s nicotou[367]. V tomto smyslu je skutečná. Proč ji tedy označujete za nesprávný názor, který by měl být opuštěn?

Odpověď: V buddhismu se tento náhled používá k odstranění připoutanosti, a proto se říká, že by neměl být považován za skutečný. Pokud je sféra nicoty považována za skutečnost, vede to k nesprávným názorům a připoutanosti. Bytosti [narozené] ve sféře nicoty získávají výslednou karmu jako důsledek svého soustředění a [na konci svého života] pokračují v přijímání opět dalších výsledných karm [v nových životech] v souladu s příčinami a podmínkami své karmy. Z tohoto důvodu je třeba opustit [názor, že nicota je skutečná]. Ačkoli je tedy [tato nicota založená na soustředění] svým názvem podobná [skutečné prázdnotě jako nicota], ve skutečnosti jsou odlišné.

Bhante Dhammadípa

A jak se dostaneme do sféry nicoty? Tím, že získáme ještě jemnější koncept. Jaký jemnější koncept? Ve sféře nekonečného poznání, nekonečného vědomí my si připomínáme nekonečný prostor. Ale ten nekonečný prostor v té sféře nekonečného vědomí není! A teď my se chytíme toho konceptu, že v tom nekonečném vědomí žádná nekonečný prostor není a na základě tohoto konceptu čili ještě jemnějšího konceptu, než ten koncept, který jsme vytvořili vnímáním nekonečného prostoru a nekonečného vědomí, ještě jemnějším konceptem, na který se zaměříme, my se dostaneme do ještě jemnější sféry, do sféry ničeho. Nic. Ta sféra ničeho je ještě jemnější než sféra nekonečného vědomí, kterou můžeme opustit tím, že vlastně získáme jasnou představu té nestálosti jakéhokoli vědomí, které se drží objektu. A nestálost není nic jiného, než zdroj utrpení.

A teď vědomí se uchytí na nicotě. Jenomže ta nicota též je koncept. To není pravá nicota. To je nicota utvořená. Utvořená čím? Utvořená našim jemnějším konceptem. Jemnějším vnímáním. A prázdnoty, které se chytáme, taková prázdnota nemůže být skutečná. Co je skutečná prázdnota? Skutečná prázdnota, skutečná nicota je ta prázdnota, ta nicota, které se nikdo nemůže chytit. A text též vysvětluje, abychom se dostali do toho *bhavágra*, toho nejjemnějšího objektu ve všech sférách poznání, potřebujeme vůli.

A to vysvětlíme příště, jak se dostaneme do sféry, do nejvyšší sféry poznání. Zase stejným způsobem. Teď jsme v džháně, takže se obrátíme z toho jemnějšího objektu, založeného na konceptu nicoty, na vědomí, které ten jemný koncept nicoty, nicoty čili prázdnoty nekonečného prostoru v nekonečném vědomí a to vědomí, které je schopno chytit ten

[367] O tom, jak se rozjímání o prázdnotě, nicotě a nesobeckosti spojuje v jedno. Viz například Xiu Xing Dao Di Jing, vydaný nakladatelstvím Zhong hua yin jing xie hui. 21. kapitola Xing Kong Pin, 197-245.

koncept, ten koncept se chytit nedá, ale ten koncept tam je! Protože my jsme ho chytili, tak tam je! Ale už je tak jemný, že se chytit nedá. A tak jsme vlastně na konci poznání, které se dá chytit. A tím používáme vlastně tyto hluboké vjemy v meditaci k vipassaně, k poznání, že vlastně to, co chytáme je přeměněný objekt a přeměněné vědomí. A přeměněný objekt a přeměněné vědomí nemůže mít jakoukoli vlastní podstatu, vlastní základ. Ten vlastní základ my právě tím *tršna*[368], tím *kiňčana*[369] (tršna znamená kiňčana). To vlastně vysvětluje též ágama, to něco, čeho se chceme chytit, to není nic jiného, než *tršna*.

Proto po poznání poznání samotného, od hrubšího do toho nejjemnějšího přichází poznání čtyř pravd, které vlastně z hlediska transcendentální moudrosti nevysvětlují nic jiného, než nemožnost chytit se čehokoliv. Protože toho, čeho se chytáme, to je právě to, co vede k strasti. A pochopení nechytání je pochopení střední cesty. A máme transcendentální aspekt moudrosti k pochopení čtyř pravd. Čili tímto transcendentálním úhlem pochopení čtyři pravdy se stávají jednou pravdou, pravdu nemožnosti uchopení.

A jak to jde dá, se dozvíme příště a teď nám starý přítel Honza pohovoří o otázkách…

> Bhante, prosím, jak může být nekonečné vědomí článkem podmíněného vznikání? Pak by přece nemohlo iniciovat náma-rúpa.

Žádné nekonečné vědomí nebude iniciovat náma-rúpa. Jakékoliv vědomí, které je formováno faktory vůle, je to vědomí, z kterého vychází náma-rúpa. Formované vědomí, což jiným způsobem znamená transformované vědomí, přetvořené vědomí, je to vědomí, s kterého vychází náma a rúpa. A veškeré rozlišování, kterého se dá chytit. To bychom měli jasně pochopit, jestliže studujeme buddhismus, že to vědomí, z kterého vychází náma a rúpa je to vědomí, které je vytvořené na základě formace vůle. Ne jiné vědomí. A jestliže to vědomí má jako objekt to nebo ono, je stále vytvořeno formací vůle. A kde jsou formace vůle, tam je svět. Kde nejsou formace vůle, tak kde je svět?

> Bhante, dle tradice odešel Buddha ve čtvrté džháně a ne v osmé. Proč?

Protože moudrost je k tmu, abychom správně věci rozlišili. Ale v tom nekonečném, nekonečném vědomí už dále není nic, co by se dalo rozlišit. Protože tam není forma. A proto to vědomí čtvrté džhány se nejlépe hodí k vipassaně. To vědomí těch neforemných objektů je sice jemnější, ale už nic nerozliší. Čili ta zkušenost neforemných objektů je velice důležitá ten, kdo se učil meditaci v Barmě, ten musí projít těmito stavy.

---

[368] tršna, tanha: „žízeň“, touha, chtivost, choutka; jeden ze základních pojmů buddhismu. Tato žízeň je příčinou všech strastí (duhkha, dukkha), jak se praví v druhé ušlechtilé pravdě.

[369] kiňčana: ‚něco‘ ve významu ‚něco povahově zlého‘, ‚zlý přívěsek‘; je to označení tří neprospěšných kořenů (múla). „Existují tři přívěsky: chtivost (lóbha) je přívěsek, nenávist (dósa) je přívěsek a zaslepenost (móha) je přívěsek“ (D. 33). ‚Osvobozený od přívěsků‘ (akiňčana) se nazývá dokonalý světec (arahat). (Nyanatiloka: Buddhistický slovník)

Jinak máš vysvětlení vipassany v písmu v agamách, základním písmu, Buddha vysvětluje po čtyřech džhánách nebo po osmi džhánách. Někdy po čtyřech někdy po osmi, ale vždy, prakticky bez výjimek, než vysvětlí vipassanu, vysvětlí džhány. Někdy čtyři, někdy osm. A těch osm džhán je na poznání vyšší koncentrace, my potřebujeme daleko vyšší koncentraci, protože to je důležité pro praxi nadpřirozených schopností. Text, ten to vysvětluje na konci, nadpřirozené schopnosti.

Visuddhimagga též, po vysvětlení šamathy, vysvětluje nadpřirozené schopnosti. Pak vysvětluje vipassanu. Protože ty nadpřirozené schopnosti je to, co Buddha použil pod stromem probuzení, aby získal perfektní poznání tohoto světa, který vlastně je formací vůle. A Buddha si byl vědom formací jaké vůle se zrodil v nekonečných minulých životech a my bytosti neosvícené na základě jakých formací my se přerozujeme, v jakých sférách poznání. A v těch sférách poznání se buď přerozujeme vědomě, což je vlastně motivace a aspirace bódhisattvů a nebo my prostě chceme všechno opustit, protože nemáme zájem o přerozování. Nechceme se učit. Arahat je ten, kdo se neučí. Bódhisattva se chce právě učit, protože vědomý proces smrti a zrození mu právě umožňuje daleko hlubší poznání světa. Tím, že máme hlubší poznání světa, my můžeme pomoci daleko většímu množství bytostí. Podle jejich stavu vědomí.

Tak předáme zásluhy a předáme všechno. Tím pádem se osvobodíme.

Praxe pohroužení do sféry ani vnímání ani nevnímání

Kumáradžíva

Dále (aby meditující opustil sféru nicoty) měl by uvažovat:" Všechny základy myšlení[370] spojené s vnímáním jsou hrubé a špatné. Jsou jako nemoc, vřed, nádor, šíp (pronikající tělem) a základna mysli bez vnímání je místem nevědomosti. Nyní je nejlepším, vznešeným[371] a uspokojujícím sídlem to, co se nazývá sféra ani vnímání, ani nevnímání“.

Po této kontemplaci meditující opustí mentální základnu vnímání nicoty a vstoupí do sféry ani vnímání, ani nevnímání.

Otázka: Existuje v této sféře vnímání, nebo nikoli?

Odpověď: Vnímání v ní existuje.

Otázka: Pokud je zde vnímání, proč se vnímáním nazývá pouze sedm nižších stupňů soustředění?

Odpověď: V této mysli se základní vnímání stává velmi jemným a nezřetelným. Nelze ji nazvat vnímáním, protože ji nelze použít jako vnímání[372]. Mysl meditujícího prožívá tuto sféru jako ani vnímání, ani nevnímání, a proto ji Buddha vysvětluje podle jejího původního označení jako sféru ani vnímání, ani nevnímání. Meditující s omezenou rozlišovací schopností si neuvědomuje, že v ní existují čtyři nehmotné agregáty, a proto ji považuje za klidný a bezpečný příbytek v nirváně, což vyvolává domýšlivost. [Takový meditující], který v této sféře strávil 80000 eonů, je stále odsouzen k pádu do některého ze [šesti] stavů existence. I když jsou čtyři agregáty (ve sféře ani vnímání, ani vnímání) nesmírně jemné, přesto si je člověk s bystrými schopnostmi dokáže uvědomit. Poté, co pochopil, že existují, se od nich oprostí, když rozjímá: „Tyto [agregáty v této sféře vnímání] jsou také složené a stvořené jevy. Vznikají v důsledku příčin a podmínek a jako takové jsou iluzorní, klamné a nejsou skutečné. Jsou jako nemoc, jako vřed, jako nádor, jako šíp (pronikající tělem). Jsou nestálé, strastné, prázdné a zbavené jáství. Kromě toho jsou příčinami a podmínkami budoucí existence, proto by měly být opuštěny. Abychom [pochopili] jejich neduhy, musíme se naučit čtyři ušlechtilé pravdy.

Otázka: Proč se nezmiňuje studium čtyř ušlechtilých pravd, když se opouštějí ostatní [nižší] mentální základy?

Odpověď: Dříve se [v sedmi nižších mentálních základech] o čtyřech ušlechtilých pravdách učilo stručně, nikoliv obšírně, když se vysvětlovalo, že [agregáty] jsou jako nemoc, vřed, nádor,

---

[370] Samdžňábhúmi.
[371] Srovnej V.M. tr. 366.
[372] Srovnej V.M. tr. 368.

šíp, nestálé, strastné, prázdné a zbavené já. Kromě toho ve zbývajících mentálních základech nejsou [agregáty] skryté, není obtížné je [zakoušet], takže světský člověk [praktikující] stezku s přílivem a odlivem zákalů může poznat i jejich nedostatky. Avšak zde, na samém vrcholu světského [vnímání], je [poznání] nedostatků [agregátů existence] schopen získat pouze ušlechtilý člověk studující stezku bez přílivu a odlivu zákalů. Lze jej přirovnat k ptáku, který má nohy svázané provazem. Zpočátku se takový pták může pohybovat až na konec provazu, teprve když je provaz přetržen, může navždy odletět. Světský člověk je také takový, i když může vidět nedostatky ve všech zbývajících sedmi mentálních základech, král Mára by to nepovažoval za znepokojující. Pokud však člověk [vidí] nedostatky [agregátů existence] na vrcholu existence, krále Máru to velmi znepokojí, jako kdyby pták přetrhl provaz a odletěl. Proto se čtyři ušlechtilé pravdy neučí, když člověk opustí ostatní zbývající mentální základy. Vrchol bytí je hlavní bránou ven ze tří říší vesmíru. Ten, kdo chce vyjít těmito hlavními dveřmi, musí studovat čtyři ušlechtilé pravdy.

Bhante Dhammadípa

(22. část)

Tak dnes ukončíme tu kapitolu na arúpa džhána, na prohloubení mysli v neforemné objekty a začneme vlastně s tím nejdůležitějším v poznání buddhismu a to jsou čtyři vznešené pravdy. Já jsem se už několikrát zmínil o tom, že tento text obzvláště zajímavý a jedinečný tím, že vlastně je prezentován těm, kteří se snaží o stav arahata, což je *šrávakajána*, což je vůz žáků. Buddha je též arahat, ale je více než jen arahat, je *dharmakája*, je ztělesnění dharmy. Arahat není ztělesnění dharmy, ale je vysvobozen. Je vysvobozen z čeho? Ze strasti samsárického bytí. Ale není tělo dharmy. Podle učení mistrů mahájány, šrávaka též pozná prázdnotu všech objektů poznání, ale poznává ji na základě rozlišování. A na základě rozlišování my se nemůžeme stát tělem dharmy, protože rozlišování vlastně z hlediska cesty bódhisattvy, dávám důraz na to z hlediska cesty bódhisattvy, má a vždy bude mít příchuť *samvrtisatja* – konvenční pravdy. Ta konvenční pravda je vlastně to, co zakrývá tu pravdu nejvyšší. To je stejné ve všech buddhistických tradicích. Zakrývá pravdu nejvyšší, protože my nejsme schopni spojit pravdu konvenční a pravdu nejvyšší v jednotu, v jeden celek.

Teď důležité je, z hlediska buddhismu, my praktikujeme šamathu a šamatha zdůrazňuje poznání *bez* rozlišování. Jestliže se staneme mistry samathy, dostaneme se, teď o tom mluvíme, vlastně na konec světa. Konci světa se říká bhavágra. *Bhava* je existence, *agra* je špička existence. Špička existence je stav, kdy existenci, tzn. pět agregátů, které nás tvoří – tělo, počitky, vnímání, vůle a faktory vůle a rozlišující vědomí. To je vše, co nás tvoří. A bhavágra je špička existence, protože ve stavu bhavágra tyto vlastně součásti naší existence, ty věci, které nás tvoří, my už nejsme schopni jasně rozlišit.

Jak Kumáradžíva se zmiňuje, jelikož jsme na špičce existence, tak Mára, pokušitel je ve stavu rozrušení. Protože když jsme na konci existence, můžeme se přehoupnout na druhou stranu. Tam, kde vlastně vnímání toho, co se dá rozlišit my vlastně přes to vnímání přecházíme. To neznamená, že nic nevnímáme. Arahat, buddha, vnímá daleko jasněji, než my, protože nemá zašpinění vědomí. Ale vnímáme tak, že na ničem nelpíme. A to je objektivní vnímání.

Proto, jak jsem se zmínil, jak jsme se učili, po vysvětlení dhjány na objekty, které se dají rozlišit, Kumáradžíva vysvětluje brahmavihárý. A čistota brahmavihár, jak jsme se zmínili, je na základě praxe upekša. Upekša je to, co čistí lásku, soucit, čistí radost. Pokud nemáme odstup, tak ty pozitivní počitky, které v nás tvoří to, čemu se v Indii říká *sat puruša*, jako opravdový člověk. Kdo je opravdový člověk? Ten, kdo má čisté počitky. Alespoň v indické filosofii je to tak chápáno. A ty čisté počitky budou, jestliže je prožíváme ve stavu odpojení. My na nich nelpíme. To neznamená, že my je neprožíváme, že neprožíváme radost, že neprožíváme lásku, neprožíváme soucit, ale my je prožíváme ve stavu odpojení.

Proto, po vysvětlení brahmavihár přichází vysvětlení praxe *subha*. Šubha znamená čistoty. Na základě čistých počitků my můžeme nečisté převrátit v čisté a zase čisté převrátit v nečisté, když změníme pozornost. To je důležité jasně pochopit. Čili vlastně poznání světa, aspoň z hlediska jógy, z hlediska buddhismu je poznání vědomí. Protože bez vědomí žádný svět nemáme. A protože tomu vědomí, tomu procesu poznání nerozumíme, tak my lpíme na jeho objektech. Protože lpíme na objektech poznání, též lpíme na subjektu poznání.

A jelikož lpíme na subjektu poznání, jsme vlastně chyceni do nekonečných sítí toho, čemu se říká v indické filosofii *prapaňča* – to je roztahování mysli na základě chtíče. Na základě chtíče roztahujeme svoje vnímání, to neznamená, že poznávat na základě rozeznávání není dobrá věc. Ale poznávat bez chtíče! Vlastně naše okovy jsou poznání s chtíčem. To je třeba pochopit.

A poznání s chtíčem, vlastně abychom se dostali k tomu, že poznáváme s chtíčem, musíme projít tím procesem poznání. A projdeme procesem poznání tím, že první poznáváme to, co je nejjasnější poznání, ve smyslu odpojení se od strasti, od utrpení, je poznání nestálosti. Poznáním nestálosti se odpojujeme od utrpení. A poznání nestálosti objektů, tím začínáme, protože tělo, jak se budeme učit, Jak Kumáradžíva jasně též vysvětluje, tělo je základem strasti. Protože lpíme na těle, nepoznáváme strast počitků, na kterých lpíme. Protože lpíme na počitcích, nepoznáváme strast vnímání, na kterém lpíme. Protože lpíme na vnímání, nepoznáváme vůli, na které lpíme. A jelikož nepoznáváme vůli, na které lpíme, nepoznáváme střed naší existence, která dává existenci podklad a to je vědomí. Bez vědomí žádná existence, žádný podklad nedává, protože bytosti jsou to, co dává poznání obsah. A bytosti jsou vědomí. A bytosti dávají obsah světu.

Teď my praktikujeme šamathu, praktikujeme poznání bez rozlišování a poznáním bez rozlišování se dostaneme na konec světa. Konec světa je ten nejjemnější objekt, které je možno ve světě vnímat. A ten objekt je tak jemný, že jeho poznání není ani vnímání, ani nevnímání. A za tímto objektem existuje něco, co je ještě jemnější a co nemůžeme už

pochopit. Nemůžeme pochopit z hlediska rozlišujícího vědomí a to je nirvána. Nebo z hlediska mahájánového buddhismu to je takovost. Stav nedualistické prázdnoty všech objektů poznání.

A jelikož my se dostáváme na konec světa, jak už jsem se zmínil posledně – Rohita sutta[373], Rohita je dévata, anděl nebo jak to nazveme, který chce se dostat létáním na konec světa. A na konec světa se nedostane, vědecky se nemůže dostat, protože jsou černé díry a nikdo se na konec světa dostat nemůže. To už je vědecky dokázáno, že hledání konce světa je absurdita. A Buddha mu řekne:

Ne létáním, ne chozením, se můžeme dostat na konec světa, ale já ti říkám pokud ses nedostal na konec světa, ty nemůžeš poznat konec utrpení.

A Rohita, jelikož je inteligentní, tak ho to trkne. A konec světa z hlediska pravdy konvenční, pravdy. Kterou můžeme rozlišit, je právě ten nejjemnější objekt, to je objekt, který se nedá ani vnímat, ani nevnímat. Vlastně abychom poznali buddhismus, to je důraz všech buddhistických škol, abychom poznali buddhismus, musíme poznat dvě vznešené pravdy. Dvě vznešené pravdy poznáme, když pronikneme čtyřmi vznešenými pravdami. Právě proto po *konci světa* přichází poznání dvou vznešených pravd. Pravdy konvenční a pravdy nejvyšší. Ten, kdo pozná pravdu konvenční a pravdu nejvyšší jako jeden celek, ten se může dostat nad utrpení. Ten se může dostat nad strast.

V severní tradici tento stav dostání se nad utrpení poznáním vipassany, čili proniknutím světské reality, ne poznáním intelektuálním, ale *přímým* poznáním světské reality jakožto nestálost, to znamená, že vědomí vzniká a zaniká v každém okamžiku, jelikož vědomí vzniká a zaniká v každém okamžiku, všechno vzniká a zaniká v každém okamžiku. Na světě nikde nenajdeme, jak říkal Mahátma Gándhí, nenajdeme ani milimetr bez pohybu. Pohyb to je svět. Ale tento pohyb je zdánlivý pohyb. Celá Nágárdžunova filosofie je založená na tomto principu. Pohyb je zdánlivý pohyb. Relativita je zdánlivá relativita. To neznamená, že není skutečná. Je skutečná jako zdánlivá realita, jako sen.

A pokud nepronikneme dvě pravdy, a ty můžeme proniknout jedině na základě vipassany, tak my nepoznáme tak, jak jsou, pravdu konvenční – což je pravda založená na rozlišování a na ulpívání na rozlišování. A pravdu nejvyšší, která vlastně jde nad rozlišování. A tak šamatha a vipašjana se spojí v jeden celek. A to je přístup k osvobození. Normálně šamatha je koncentrace a koncentrace není moudrost. Koncentrace pomáhá k moudrosti, ale není moudrost.

A ten stav, kdy rozlišující vědomí se spojí v poznání jednoty strasti nestálosti, nejáství a prázdnoty – tomu se říká v severním buddhismu *laukika*[374] *agradharma*[375]. Je to ta nejvyšší dharma ve světě. Jestliže tu dharmu poznáme, za touto dharmou pak je skutečné vysvobození. To znamená ne intelektuální, ale přímé pochopení objektu vysvobození. Ať už ho chápeme

---

[373] Nejspíše Rohitassa Sutta AN 4,45. Více viz Slovník
[374] laukika: světský, lidský
[375] agradharma: vysoký duchovní stav

dualisticky, jako opak samsáry, anebo nedualisticky, jako právě neoddělitelný od stavu nestálosti. Protože nestálost sama je prázdnota. To je nakonec vysvětleno též i v théravádě, ale jinak. Ale princip je ten samý.

Proto théraváda též tvrdí, když čteme Visuddhimagga, že čtyři vznešené pravdy jsou skutečné, protože jsou prázdnota. Proč jsou prázdnota? Protože všechno, co je proces, se nedá chytit. Proto v příčině nenajdeme důsledek a v důsledku nenajdeme příčinu. V pravdě niródha, což můžeme přeložit jako v pravdě zničení nebo vyvanutí (to je asi lepší), v pravdě vyvanutí nenajdeme pravdu strasti, důvodů strasti či vznikání a nenajdeme pravdu cesty. A zase, v pravdě strasti, v pravdě nestálosti, v pravdě cesty, nenajdeme pravdu zanikání. V příčině nenajdeme důsledek, v důsledku nenajdeme příčinu. Co to znamená? Že vlastně ta relativita, kterou prožíváme, a všechno, co prožíváme je jen relativní, je jen proces, je vlastně jako sen, nedá se chytit.

A teď rozdíl mezi théravádovým buddhismem a přístupem mahájány, který ovšem tento přístup nepopírá, jenom doplňuje, to je často nechápáno. My můžeme začít od začátku v pochopení procesu, my můžeme začít od začátku a my můžeme též začít od konce. Protože začátek a konec jsou dohromady. Kdo odděluje začátek od konce? To je naše rozlišující vědomí. Teď meditující pomocí šamathy se dostává k nejjemnějšímu objektu ve světě, špičce existence, tak to jasně chápe. To, co je za tím se nedá chytit. A protože chápe to, co je za tím se nedá chytit, přichází lehce detailní pochopení – jak tomu říká Kumáradžíva – čtyř vznešených pravd.

Podle buddhistického učení objekt realizace žáků jsou právě čtyři vznešené pravdy. Žák Buddhy se stane skutečným žákem, jestliže pronikne hloubku čtyř vznešených pravd, které jsou těžko k proniknutí. Jelikož my nevidíme, jak ulpívání nám škodí, no tak my těžko můžeme proniknout pravdu čtyř vznešených pravd. Jestliže to jasně chápeme, tak ty čtyři vznešené pravdy, jak Kumáradžíva tvrdí, se jasně objeví v našem mentálním oku.

A jestliže praktikujeme podle učení mistrů mahájány, jestliže praktikujeme cestu pratjéka buddhy – buddhy pro sebe, my pronikneme tzv. závislým vznikáním. Proniknutí závislým vznikáním je ještě hlubší, než proniknutí čtyř vznešených pravd. Čili v buddhismu my vlastně chápeme hloubku závislého vznikání jedině když se staneme arahaty. Jak sútra tvrdí, Ánanda, který byl šrótápanna, se domníval, že pochopil hloubku závislého vznikání. A Buddha ho opravuje: Kdepak! Nesmíš se mýlit. To, co vidíš, je jenom fragment! Malý fragment.

Abychom chápali hloubku závislého vznikání, začátek pevného pochopení je stav arahata. Stav pratjéka buddhy je ještě hlubší pochopení, než pochopení arahata, arahata žáka, Buddha je též arahat, pratjéka buddha je též arahat, protože mají tělo osvobození. Opouštějí tělo ulpívání na pěti agregátech existence. Ale pratjéka buddha ho opouští na základě proniknutí závislého vznikání. Tím pádem jeho svoboda, jeho rozsah svobody je ještě širší, než rozsah svobody žáka. Proto, jak i komentáře, sub-komentáře v théravádě vysvětlují- páramí dokonalosti buddhy pro sebe jsou ještě hlubší, než dokonalosti těch velkých žáků. Protože proniknout plně závislým vznikáním je ještě těžší, než proniknout čtyřmi vznešenými pravdami.

A proniknutí buddhy neboli proniknutí bódhisattvy, což zde je vlastně stejná věc je to nejhlubší proniknutí, protože je to proniknutí takovosti, stavu takovosti. Ve stavu takovosti neexistují žádné protiklady. Jelikož neexistují žádné protiklady, všechno je ve stavu šamatha, ve stavu stejnosti, tak bódhisattva se stává dharma samotná. Není od dharmy oddělen. A to je ten nejvyšší ideál. On nemá žádné své individuální zvyky, on se dostal nad individuální zvyky. Dostat se nad individuální zvyky je být jeden z dharmou.

Ještě i ti nejvyšší arahati mají (Maudgaljájana) mají své individuální zvyky. Každý arahat je jiný. Pratjékabuddha též má ještě jisté tendence. Ale bódhisattva plně realizovaný je prost individuálních tendencí. Proto se stává jednotou se stavem takovosti. Tento stav takovosti existují jak v realitě závislého vznikání, procesech, tak i v realitě nejvyšší. A je to jeden stav. Spojuje v jeden celek, což je nejvyšší realizace, realitu konvenční, která zakrývá realitu nejvyšší a realitu nejvyšší, která je vlastně ta jediná realita. Jiná realita v podstatě je naše individuální realita. Ale nirvána nebo stav takovosti není individuální stav. Je *nad* individuálním stavem.

Tento nad-individuální stav ale žák poznává správným rozlišením, bódhisattva má správné rozlišení, to neznamená, že nemá správné rozlišení, ale jde nad správné rozlišení ve stav stejnosti. Čili vlastně jeho svobodu už nic nenarušuje, protože se zbavil individuálních tendencí.

Takže ať v šamathě, tak i ve vipašjaně my se musíme dostat na špičku poznání, abychom ji překročili. Špička poznání ve vipašjaně je, že pravda strasti, nestálosti, nejáství a prázdnoty nebo prázdnoty a nejáství se stává jeden celek. Pak se před vnitřním okem odhalí nirvána, odhalí takovost. Z hlediska učení bódhisattvů nirvána není nic jiného, než takovost. A jiná realita než takovost neexistuje. A z hlediska šamathy nejvyšší dosažení v tréninku v koncentraci, je dosažení nejjemnějšího objektu na světě. Jemnější objekt už není. A to dosažení *lóka artha dharma,* té špičky dharmy ve světě tedy dharmy, která umožňuje přímé vidění nirvány, přímé vidění takovosti a nejvyšší dharma v šamathě, objekt, který je tak jemný, že jeho rozlišení už není rozlišení v tom pravém smyslu slova, to znamená, že dá se na tom rozlišení lpět, to je tak jemné, že se už na něm ulpívat nedá.

Abychom se k tak jemnému rozlišení dostali, musíme projít všemi těmito stadii šamathového poznání. Šamathové poznání je, z hlediska jižního buddhismu nebo z hlediska žáka, je světské poznání - *lókika dhjána*. Světské poznání je jaké poznání? Je to poznání, to je stejné ve všech buddhistických tradicích, je to poznání, že hrubý objekt je zábrana v poznání a jemnější objekt je odstranění této zábrany. Čím jemnější objekt, tím menší zábrana. To je třeba jasně chápat. To je důležitost šamathy v případě, že oddělujeme šamathu od vipašjany, cíl je neoddělovat, ale ze začátku oddělovat musíme, jinak to nejde, protože žádný hluboké pochopení bez koncentrace není možné.

A my, z hlediska šamathy, čistíme naše poznání tím, že se znechucujeme tím, co je hrubé a znechucením s hrubým my získáváme jemnější objekty. Až po ten nejjemnější objekt ve světě, což je ani vnímání, ani nevnímání. Výš už se nedá jít. Protože naše poznání, jeho kořen je ve vnímání. Jestliže nevnímáme, nic nemůžeme rozlišit.

A teď vnímáme už tak jemný objekt, který se jasně rozlišit nedá. Čili jsme na prahu, na prahu poznání. Jak buddhismus tvrdí, to není jenom v cestě bódhisattvů, najdeme stejný princip i v základních sútrách, že střední cesta je nad existencí a neexistencí. Existence je jeden extrém a neexistence je druhý extrém. Zbavení se těchto dvou extrémů je střední cesta. A na základě střední cesty my můžeme přímo poznat, jinak ne, čtyři vznešené pravdy jako jednotu. My můžeme poznat pravdu strasti jako jednotu. Nestálost je utrpení, utrpení je prázdné a prázdnota utrpení je nejáství. Jestliže to poznáme, to je ta nejvyšší dharma, co se dá ve světě poznat. Za touto dharmou je pak přímé poznání objektu osvobození. Ať už ho chápeme jako nirvána a nirvána je něco jiného, než samsára nebo ho chápeme jakožto takovost, kde nirvána a samsára tvoří jeden celek. Na tom už nezáleží. Ale princip je stejný.

A teď ještě než se dostaneme do rozboru čtyř vznešených pravd, čtyři vznešené pravdy jsou objektem probuzení žáků, a Kumáradžíva zde učí žáky, ale vede je k poznání moudrosti žáků s jistým pochopením transcendentální moudrosti. Kumáradžíva je ten, který vlastně zpopularizoval filosofii transcendentální moudrosti v Číně, je vlastně patriarcha mnohých čínských škol buddhismu, které právě jsou založené na filosofii páramita – transcendentální moudrosti, pradžňa páramita je matka cesty bódhisattvy. Bez pradžňa páramita neexistují dokonalosti ve smyslu praxe bódhisattvů. A bez dokonalostí neexistuje síla probuzení. Síla probuzení závisí na dokonalostech. Tak je to i u žáků, tak je to i u pratjéka buddhy, tak je to i bódhisattvů. Jejich síla mysli je síla párami. Síla párami je síla mysli. Jestliže mysl silná, není pevná, není přímá no tak se na druhou stranu nemůžeme dostat.

A co dělá tu sílu přímou? To už jsme vysvětlili dříve, to je právě praxe šamathy. To je právě praxe džhán. A praxe džhán, praxe samathy je praxe koncentrace bez rozlišování. To neznamená, že my ten objekt nerozlišujeme. Ale jelikož zůstáváme u stejného objektu, tak mysl je též stejná. Mysl, která zůstává u stejného objektu je stejná mysl. Ačkoliv všechno co objekt uchopí je nestálé, jakmile mysl objekt uchopí, je nestálá též. Vzniká a zaniká v každém okamžiku, ale přestože vzniká a zaniká v každém okamžiku, stále pokračuje. To je paradox našeho života. My vznikáme a zanikáme na základě mysli v každém okamžiku, ale my pokračujeme dál.

A toto poznání se stane *jasné* právě proniknutím čtyř vznešených pravd. A proniknutí čtyř vznešených pravd *usnadní* právě praxe koncentrace. To neznamená, že praxe koncentrace, té nejhlubší koncentrace, tzn. až do *bhavágra*, až do špičky existence, je nutností k probuzení, to vůbec neznamená. Ale znamená to, že praxe je vlastně tou nejdůležitější podporou a nejenom podporou, též vyústěním vipašjany. Protože vipašjana nakonec vyústí v samádhi. A v jaké samádhi? Nadsvětské samádhi. Ať už arahat, tak i pratjéka buddha, tak i bódhisattva, nemají zašpinění vědomí, protože zůstávají ve stavu samádhi. Samádhi znamená správná aplikace vědomí na všechny objekty. První se to člověk učí se světskými objekty a pak ze všemi objekty. To je tradiční výcvik. A aby se to naučil se všemi objekty, musí ovládnout vipašjanu. Bez ovládnutí vipašjany nemůže zůstat v samádhi kontinuálně. Jakmile jeho mysl se začne měnit, no tak zase v těch momentech změny, zase přichází ty jeho staré zvyky – chtíče, nelibosti. A ztrácí orientaci. Proto Buddha vysvětluje Ánandovi: Ty myslíš, že rozumíš zákonu závislého

vznikání? Ty rozumíš malému fragmentu, skoro ničemu. Přestože poznal, přímo poznal objekt osvobození.

A teď poukážeme na několik důležitých míst v textu. A příště se budeme věnovat, v příštích týdnech se budeme věnovat rozboru čtyř vznešených pravd, který vede k přímému poznání objektu osvobození. Ať už ho nazveme nirvána nebo takovost. Specifika mahájánového buddhismu je, že nirvána a takovost je jedno. Arahat je arahat, protože poznal takovost. A jelikož poznal takovost, je pro něj daleko lehčí, z hlediska mahájány, poznat pravdu transcendentální moudrosti, než pro toho, kdo arahat není. Proto Buddha učil transcendentální moudrost, učil mahájánové učení právě arahatu. Protože Šáriputra, Ánanda, Maudgaljájana, Subhúti – ti jsou nejlépe kvalifikovaní, aby vlastně chápali, že pravda je jenom jedna, nic se nedá chytit. To, co chytáme, to je vlastně jen ulpívání na rozlišování. A ulpívání na rozlišování je to, co nás odděluje právě od té pravdy nejvyšší.

Zmínili jsme se o tom, nebudeme brát teď do detailu, zmínili jsme se o tom, že ten kdo praktikuje absorpci v nekonečný prostor si musí zhnusit rozlišování forem. A pak, podle vysvětlení Visuddhimagga, může se to dělat i jinak, ale to je dobré vysvětlení, na základě praxe kasin, jelikož si ten objekt kasiny rozepne do nekonečna, objeví se prostor a jelikož se znechutil prostorem, tak jeho mysl tam vpadne. A z omezeného prostoru se stane, jak text vysvětluje též, z omezeného prostoru se stane neomezený prostor. Protože to, co omezuje prostor, to je právě forma. Ale prostor sám je neomezený. Forma omezuje prostor. Jestliže tady zbourám tento dům, ve kterém teď sedím, tak prostor zbourat nemůžu.

A jelikož prostor je nekonečný, nekonečný objekt, tak ta mysl, která tento objekt vnímá, jelikož ten objekt je tak jemný a jsme ve stavu samádhi, ve stavu džhány. Vysvětlili jsme, že ve stavu džhány, oproti našemu normálnímu vědomí my můžeme obrátit mysl z objektu na subjekt, aniž bychom ten objekt ztratili. A tím pádem to nám umožní i vidět tu mysl, která k tomu objektu jde. Ať už to jí vysvětlíme v théravádovém smyslu jako… **Předčasný konec nahrávky**

(23. část)

Dneska uděláme první místo na otázky, protože jsme toho probrali hodně a skoro žádné otázky nebyly. Já si nejsem jistý, jestli vše bylo správně rozuměno. Tak povídej!

> Já bych se chtěl zeptat jenom na jednu věc. Jestliže třeba v učení pouhého vědomí vlastně vše vzniká jenom ve vědomí, jak je možné potom definovat, řekněme na nás je něco, co by se dalo nazvat nezávislá, objektivní realita mimo nás nebo vše se formuje ve vědomí. A případně jaká bude odpověď, jak je možné postupné poznávání světa ve smyslu třeba vědy? Vezmeme si, že třeba před dvěma tisíci lety lidé nebyli schopni lítat, tak jestli je o to, že je tady nějaké pensum možností, jak uchopit vnější realitu, ta která se nám zjevuje ve vědomí, vzhledem k tomu, že jsme se zrodili v karmickém zrození jako lidé. To znamená: jsme schopni třeba létat, jsme schopni letět do vesmíru, což před mnoha stovkami let nebylo myslitelné. A nebo jestli si opravdu všechno vytváříme ve vědomí a je to jenom nějaké kolektivní paradigma, co je možné a co možné není. Anebo jestli je nějaká realita, kterou my jsme schopni popsat s vědomím, které nazýváme jako vědomí lidských bytostí. Které je třeba vhodné pro realizaci nibbány.

Kdyby bylo možné popsat nirvánu a popsat, co je to takovost, tak všichni by se snažili. Ale protože to není možné popsat, není možné to vyjádřit, proto všichni se snaží o všechno jiné, než o nirvánu a než o poznání takovosti.

Dneska jsem o tom právě mluvil pro brazilskou komunitu. Význam buddhismu je v poznání *nejáství*. Jestli létáme do vesmíru nebo nelétáme do vesmíru, jestli se Země točí tak nebo jinak, jestli padají planety nebo nepadají planety, ten stav, jestli je buddha, který ten stav učí nebo není buddha, který ten stav učí. Ten stav takovosti, stav nirvány, stav naplněné skutečnosti, ten tam je. Nezávisle na buddhovi, který ho učí. Je neoddělitelný od vědomí bytostí. Vědomí bytostí má aspekt neplnosti, ale právě v té neplnosti, v té přechodnosti všech jevů, v tom zákonu příčiny a důsledku se nachází to plné. A to plné, buddhismus je právě zajímavý tím, že to plné nemůžeme hledat kromě našich smyslů, kromě naši zkušenosti, právě v naši zkušenosti můžeme najít to plné. Buddha je právě symbol toho plného. Proto, když slavíme *vesak*[376], tak slavíme tu plnost, kterou Buddha dosáhl. Jestli létáme do vesmíru nebo nelétáme do vesmíru, ta plnost tam *je*. A zosobnění té plnosti je Buddha. Což znamená probuzení. Probuzení o čem? Právě o té plnosti nejáství, která se nedá chytit myšlením. Přestože se nedá myšlením chytit, ona tu je. To je ten paradox, ve kterém vlastně všichni žijeme. Přestože ve všem všichni žijeme,

[376] vaišákhapúdža, P vésákhapúdža obřadná oslava Buddhova narození, procitnutí a vyvanutí, která se konávala podle théravádské tradice vždy o úplňku měsíce Dvou větví /S vaišákha, P vésákha/, zhruba druha polovina dubna a první polovina května/.

většina z nás tento paradox vlastně nezajímá. Protože jenom chtějí to, co se dá chytit. Ale právě ta plnost, nirvána se nedá chytit. A v tom je ten paradox. Jestli létáme družicemi a jestli se dostáváme do jiných planet, to z hlediska této plnosti nehraje žádnou roli, protože to létání do vesmíru atd. nemůže změnit ten skutečný stav věcí, jaký je. A ten skutečný stav věcí tam je. Jestli ho Buddha učí nebo neučí, ten tam je, vždycky byl a vždycky bude. Družice ty tam nebyly, teď tam jsou, za nějakou dobu tam třeba zase nebudou, kdo ví, co se stane.

Ty hledáš tu plnost v racionalitě, ale tam ji nenajdeš. Právě proto smysl světa jsou bytosti. Bytosti dávají též světu smysl. Ale většina z nás se po smyslu neptá. Nezajímá je smysl. Zajímá je jenom to, co můžou chytit. Ale ten smysl nirvány se právě chytit nedá, protože je to vlastně poznání toho, co jde proti proudu. Proto Buddha učí: Jiná je cesta za osobním ziskem - my všichni jsme orientovaní na osobní zisk - jiná je cesta do nirvány. Jestliže poznáme tak, jak to skutečně je, stáváme se žáky Buddhy, Probuzeného. Buddha se probudil, protože poznal něco, co přesahuje rámec naší existence. Při tom to není neexistence, kdyby to byla neexistence, no tak to je popření existence. Ale nirvána není popřením ničeho. To je dokonalost všeho, co vlastně existuje. A ta dokonalost *přesahuje* existenci a neexistenci. Protože není ani tady, není ani tam a není ani mezi tím. A kde ji najdeš?

…

To právě člověk pozná, když správně uvažuje. Ale my neuvažujeme správně, co se týče smyslu života. Co znamená uvažování? Uvažování je vlastně *vitarka*. *Vitarka* je od sanskrtského kořene *úh*, což znamená, česky uvažovat je též asi s tímto kořenem úh. Musíš uvažovat o tom, co plní tu neplnou existenci. A to, co plní tu – specifika buddhismus je, že to co plní tu neplnou existenci, to *není* něco, co je mimo tuto neplnou existenci. Není něco, co je mimo nestálosti. Ale je to to, co té nestálosti dává hluboký význam. Jaký význam? Význam nejáství. Nestálost má význam nejáství. Jenže my, bytosti popletené nestálosti v nejáství nevidíme. A právě proto se nacházíme ve stavu, kterému se říká samsára. Lepíme jednu věc na druhou.

A vytváří se co? Karmické řetězy, ve kterých žijeme. Nikdy se z karmických řetězů nemůžeš dostat, tím že pojedeš na nějakou jinou planetu nebo družici nebo, že budeš létat, tím se z karmických řetězů nemůžeš dostat. Z karmických řetězů se dostat též nedá, ale dá se je prokouknout ve smyslu nejáství. To je moudrost. Abys je prokoukl ve smyslu nejáství, musíš poznat čtyři vznešené pravdy. Čtyři vznešené pravdy je jedna pravda. Jedna pravda plnosti v tom, co nikdy samo o sobě být plné nemůže.

Ještě nějaké otázky, než se pustíme do čtyř vznešených pravd?

Praxe kontemplace čtyř vznešených pravd

Kumáradžíva

Otázka: Co jsou čtyři vznešené pravdy?

Odpověď: Pravda o utrpení, pravda o akumulaci, pravda o ukončení a pravda o stezce. Existují dva druhy utrpení, tělesné utrpení a duševní utrpení. Akumulace je rovněž dvojího druhu: pouta a přívaly nepříjemností. Také ustání je dvojího druhu: nirvána s odpočinkem a nirvána bez odpočinku. Cesta je také dvojího druhu: soustředění a moudrost.

Kromě toho existují dva druhy pravdy o utrpení: pravda o utrpení a vznešená pravda o utrpení. Pravda utrpení se vyznačuje trápeními, to znamená, že pět agregátů ulpívání se nazývá pravdou utrpení. Vznešená pravda utrpení je kultivace [střední] cesty pomocí [přímého] poznání a vidění. Ta se nazývá vznešená pravda utrpení. Existují dva druhy pravdy akumulace, pravda akumulace a vznešená pravda akumulace. Pravda akumulace je charakterizována zrozením, to znamená, že pravda žízně a dalších poskvrn se nazývá pravda akumulace. Vznešená pravda akumulace je kultivace stezky pomocí odstraňování [nečistot]. To je vznešená pravda akumulace. Pravda ukončení je dvojího druhu: pravda ukončení a vznešená pravda ukončení. Pravda ukončení se vyznačuje uklidněním ukončení, tj. čtyřmi plody *šramany*. Vznešenou pravdou ukončení je kultivace cesty prostřednictvím[377] uskutečňování. Tomu se říká vznešená pravda ustání. Pravda cesty je také dvojího druhu: pravda cesty a vznešená pravda cesty. Pravda cesty se vyznačuje osvobozením, což znamená osminásobnou správnou stezku. Vznešenou pravdou cesty je praktikování cesty prostřednictvím[378] kultivace. To se nazývá vznešená pravda cesty[379].

Navíc existují dva druhy pravdy z hlediska[380] společných vlastností a zvláštních vlastností. Pravda o utrpení z hlediska společných charakteristik je pět agregátů ulpívání; pravda o utrpení z hlediska zvláštních charakteristik znamená podrobnou analýzu agregátu formy, vjemů, vnímání, útvarů vůle a vědomí. Pravda o akumulaci z hlediska společných charakteristik jsou pocity, které vedou ke zrození budoucích těl. To vede ke znovuzrození. Pravda o akumulaci z hlediska zvláštních charakteristik je podrobný rozbor žízně a všech ostatních trápení spolu s[381] činy vyznačujícími se přílivem a odlivem zákalů, které jsou příčinami a podmínkami pěti agregátů ulpívání. Pravda o ukončení z hlediska společných charakteristik je ta, která umožňuje vyčerpání žízně vedoucí ke znovuzrození. Pravdou ukončení z hlediska zvláštních

[377] Sákṣikaraṇa, nirodham sákṣikartavjam.
[378] Bhávaná, márgam bhavitavjam.
[379] Srovnej M.N.117 Maháčattárísakasutta
[380] Sámánjalakšaṇa jako protiklad k višešalakšaṇa
[381] sásravakarma

charakteristik je podrobná analýza 89 druhů vyčerpání (žízní).[382] Pravdou cesty z hlediska společných charakteristik je vznešená osmidílná cesta. Pravda cesty z hlediska zvláštních charakteristik je podrobný rozbor [nadsvětské stezky] od trpělivého[383] snášení pravdy utrpení až po uskutečnění[384] stezky ne-učednictví.[385]

Bez proniknutí do čtyř ušlechtilých pravd je člověk nucen stále se točit v kole pěti stavů samsárické existence a bez ustání přecházet z jedné světské existence do druhé. Z tohoto důvodu by měl praktikující kontemplovat o stáří, nemoci, smrti a všech ostatních utrpeních a nepříjemnostech samsáry jako o důsledcích existence[386] těla. Jako například všechny rostliny a stromy vzcházejí ze země, tak i všechny bytosti v deseti směrech, jak vysvětlují písma, se rodí, aby trpěly, protože mají tělo. Stejně jako například otrávené jídlo může člověka zabít bez ohledu na to, zda chutná dobře, nebo špatně, [tak je tomu i s tělem]. Bez těla a mysli [s ním spojené] se utrpení stáří, nemoci a smrti nemají na čem usadit, stejně jako silná bouře, která ničí velké stromy, nemá co ničit, pokud tu nejsou žádné stromy. Stručně řečeno je tedy [komplex] těla a mysli kořenem utrpení. Stejně jako je prostor zdrojem větrů, stromy zdrojem ohně a země zdrojem vody, tak i tělo je zdrojem utrpení. Navíc stejně jako [živel země] je vždy charakterizován tvrdostí, [živel] vody vlhkostí, [živel] ohně žárem a [živel] větru pohybem, tak i [komplex] těla a mysli je vždy charakterizován utrpením.[387]

Proč tomu tak je? Protože dokud existuje tělo, musí ho provázet utrpení stáří, nemoci, smrti, hladu, žízně, zimy, horka, větru a deště. A dokud existuje mysl [připoutaná k tělu], bude ji provázet utrpení v podobě starostí, úzkosti, strachu, nelibosti, mrzutosti a žárlivosti. Když člověk pozná současné tělesné utrpení, platí totéž pro utrpení v minulosti, a stejně jako je současné a minulé tělo jen utrpením, platí totéž i pro budoucnost. Jako například když člověk vidí, že zasazením semen se sklízí zrna, je schopen vyvodit, že to, co se stalo v minulosti, se stane i v budoucnosti. Opět je to podobné, jako když člověk [zakouší] žár ohně v přítomnosti, může z toho vyvodit, že to, co bylo žhavé v minulosti, bude žhavé i v budoucnosti. [Podobně] pokud [komplex] těla a mysli neexistuje, neexistuje ani dřívější utrpení, ani současné utrpení, ani pozdější utrpení. Člověk by měl vědět, že utrpení a bolest tří časů existují díky komplexu těla a mysli. Proto je třeba uvažovat o pravdě utrpení, aby v mysli vzniklo rozčarování. Příčiny a podmínky utrpení vznikají výhradně z žízně a ze všech ostatních trápení. Nejsou způsobeny osudem, časem a přírodou, ani nevznikají bez příčiny. Neexistuje zrození bez trápení. Člověk by měl vědět, že vše na světě vzniká z žízně a všech ostatních strastí. Protože všem stvořeným jevům předchází[388] touha, jsou proto všechna poskvrnění mysli příčinami a podmínkami utrpení.

[382] Viz například A.K. kap. 5, verš 4.
[383] dharmakšánti
[384] ašaikšamárga
[385] Viz například A.K.B. kap. 6 verš 18, Dwarakadas, 899.
[386] Šen=kája. Zde se chápe jako individualita=komplex těla a mysli.
[387] Viz S.N.Bodhi tr.: 953
[388] čanda

Navíc se člověk rodí díky vlhkosti žízně, bez vlhkosti žízně není zrození. Je to jako se suchou půdou, nelze ji uchytit ke zdi, pouze tehdy, když se smísí s vodou. A dále, kvůli všem druhům znečištění existují různé druhy zrození. Člověk s mnoha tužbami bude zformován mnoha tužbami, člověk s velkou nenávistí a záští bude zformován velkou nenávistí a záští, člověk s velkým bludem bude zformován velkým bludem a člověk s jen několika málo poskvrnami bude zformován několika málo poskvrnami.

Protože člověk vnímá rozmanitost výsledné karmy [v podobě různých těl] v současnosti, zná rozdíly příčin a podmínek v minulosti. Co se týče budoucí rozmanitosti zrození, ta rovněž vyplývá z rozdílů ve znečištění bytostí. Zrození tedy člověk přijímá v souladu se svými karmickými činy. Pokud člověk nejedná s nenávistí a záští, nemůže se narodit v podobě jedovatého hada. Takové jsou i všechny ostatní zbývající formy [zrození].

Proto bychom měli vědět, že žízeň a všechna ostatní znečištění jsou příčinami a podmínkami všech druhů utrpení. Když tyto příčiny a podmínky zaniknou, zanikne i utrpení, a to je nirvána. Nirvána se nazývá[389]odloučení od tužeb. Je to vyhasnutí všech poskvrnění, je trvalá, neměnná. Není v ní zrození, stárnutí, nemoci ani smrt, není v ní utrpení z odloučení od milovaných, není v ní společenství s těmi, které člověk nemá rád. Je to trvalé štěstí, které nemizí. Když praktikující dosáhne ustání, které je nirvána, není kam pokračovat. Tomu se říká zklidnění ukončení. Lze to přirovnat k hořící lampě, jejíž olej došel, jejíž plamen zhasl a nedosahuje nikam v deseti směrech. Tomu se říká pravda vyhasnutí.

K dosažení nirvány vede cesta dovedných prostředků. [To je osmidílná střední cesta]. [Střední cesta se skládá] ze soustředění, které má tři složky, z moudrosti, která má dvě složky, a z mravnosti se třemi složkami. Když člověk setrvává v mravném jednání praktikujícím soustředění a moudrost, jeho moudrost bude schopna poznat a pochopit čtyři ušlechtilé pravdy. Tomu se říká správný názor. Pokud se člověk řídí správným názorem, dojde k rozeznání dharmy. Tomu se říká správné myšlení. Tyto dvě složky se nazývají součástmi moudrosti. Správné soustředění, správná bdělost a správné úsilí se nazývají tři složky soustředění. Správná řeč, správné jednání a správná životospráva se nazývají tři složky mravnosti.

Dodržováním čistých mravních přikázání necháme vzklíčit nečistoty a jejich síla se zmenší. Je to jako nasázet klíčky [rýže] v nevhodném období, nemohou vyrůst. V případě, že nečistoty zesílí, může je koncentrační schopnost [střední cesty] přehradit podobně jako velká hora přehradí vodu, aby nemohla prorazit. Stejně jako například mantra dokáže zabránit hadímu jedu [aby byl účinný], i když hadí jed působí opakovaně, nemůže napáchat žádnou škodu. Taková je i koncentrační schopnost [na střední cestě]. Co se týče moudrosti, ta je schopna vykořenit všechny základy znečištění. Je jako dravá voda v létě, která zaplní břehy [řeky] a vyvrátí všechny stromy. Praktikováním tří částí osmidílné stezky, která je pravou, přímou a správnou cestou k opuštění příčiny utrpení, [člověk dosáhne] konečného klidu a stability, což je věčná blaženost a neutváření.

---

[389] nir-vána

Pokud někdo obratně praktikuje výše zmíněnou metodu, stane se deset[390] věcí;

1. za prvé, jeho mysl bude soustředěná a vzpřímená, takže když se objeví různé druhy vnějšího rozrušení, nezpůsobí, aby se [jeho mysl] pohnula, jako se hora nenaklání nebo nepohybuje, když se kolem ní zvedne vítr.

2. Za druhé bude přímá, takže když bude naslouchat učení učitelů, nebude si všímat jejich [osobních] nedostatků nebo zásluh. Jeho mysl bude následovat učení dharmy bez pochybností, aniž by cokoli přidával nebo ubíral. Stejně jako když do hustého lesa vstoupí ten, kdo jde rovně, dostane se z něj snadno, zatímco ten, kdo půjde klikatě, se z něj dostane s obtížemi. Podobně i v hustém lese tří říší existence ten, kdo jde rovně, jej opustí snadno, ten, kdo jde křivolace, jej opustí s obtížemi. V Buddhově dharmě se má používat pouze přímočarost, křivolakost je třeba opustit.

3. Třetí je stud a strach z konání zla. Jsou nejvyšším lékem a nejúžasnější ozdobou, která zachytí a ovládne všechny zlé myšlenky. Kdo má stud a strach z konání zla, je pravý člověk, kdo je nemá, neliší se od zvířete.

4. Čtvrtým je dbalost, která je kořenem všech blahodárných dharem. Ten, kdo je ve světě nedbalý, ztrácí vše, co je prospěšné. Meditující, který je nedbalý, ztrácí výhody nirvány. Člověk by měl vědět, že nedbalost je jako nepřítel nebo zloděj, který vždy svádí mysl na scestí, a že dbalost je jako starší a učitelé, kterých je třeba si vážit, sloužit jim a neopouštět je.

5. Pátým je[391] izolace. Právě díky této izolaci se daří dbalosti. Když se člověk seznámí s pěti smyslovými touhami, začnou v něm narůstat nejrůznější emoce. [Aby se tomu člověk vyhnul], musí nejprve izolovat tělo od lidských příbytků a teprve potom může mysl dosáhnout izolace tím, že nebude myslet na světské záležitosti.

6. Šestým je málo tužeb. To znamená, že se mysl nepropůjčuje vyhledání hmotných věcí. Pokud po nich bude hodně pátrat, upadne do všech nepříjemností.

7. Sedmým je spokojenost. I když někteří lidé mají málo tužeb, těší se z dobrých věcí, a tím ztrácejí mysl na cestě. Proto se moudrý člověk vždy přiklání ke spokojenosti.

8. Osmá je mysl, která se nepřipoutává. Když žáci, dárci, přátelé a příbuzní přicházejí vzdát úctu, když je často navštěvují a přinášejí s sebou nejrůznější malichernosti a pomluvy, takové věci svádějí z cesty, a proto by k nim člověk neměl ulpívat. To vše by se nemělo stát předmětem lpění.

9. Devátým bodem je neradovat se ze světských požitků. Neměli bychom se těšit se světských radovánek, jako je zpěv, tanec, sledování divadelních her a výběr příznivých časů či dnů pro příznivé či nepříznivé [činnosti].

[390] Doslova: deset věcí.
[391] Vivéka.

10. Desátým je vytrvalost. Meditující, když hledá cestu [k realizaci], musí snášet deset věcí: štípání komárů a ovádů, uštknutí jedovatými hady a stonožkami, zákeřná zvířata, nadávky a pomluvy, zranění způsobená bitím nebo údery předměty, nemoci a bolesti, hlad, žízeň, chlad a horko. Meditující by měl tyto záležitosti snášet, neměl by se jimi nechat přemoci, měl by je vždy překonávat.

Ostatně, pokud někdo rozpozná a pochopí příznaky nemoci, zná její příčiny a podmínky, zná lék, který může nemoc vyléčit, když se dostane k pacientovi, měl by se pacient podle svých možností rychle uzdravit. Stejné je to i u meditujícího. Zná-li skutečné příznaky utrpení, jeho příčiny a podmínky a cestu vedoucí k vymizení utrpení, a pokud pozná dobré učitele a spolu praktikující [kteří ho poučují], může tímto způsobem brzy dosáhnout klidu, stability a ukončení.[392]

Otázka: Když někdo dosáhne hlubokého soustředění v oblasti ani vnímání, ani nevnímání, má jen slabá pouta patřící k oné vyšší základně mysli a jeho mysl se již stala poddajnou. [Pro takového praktikujícího] je nevhodné používat k rozjímání o čtyřech pravdách nejrůznější vnější způsoby a podmínky a nejrůznější přirovnání a podobenství jako v případě nevěřícího.

Odpověď: To je řečeno nejen s ohledem na ty, kteří [dosáhli][393] vrcholu [světského soustředění = dhjány ani vnímání, ani nevnímání], ale vztahuje se to souhrnně na všechny meditující, kteří mají [zkušenost] vrcholu [světa = *laukikágradharma*]. Ti kontemplují pouze o čtyřech nehmotných agregátech sféry bez formy jako o nestálých, strastiplných, prázdných a zbavených sebe sama. Protože jsou nestálá, strastiplná, prázdná a zbavená já, jsou jako nemoc, nádor nebo šíp pronikající srdcem. Jelikož jsou všechny pouze [produkty] příčin a podmínek, jsou to klamné a klamné stvořené jevy. Kontemplují o nirváně jako o nejvyšší, klidné, stabilní a blažené. Není stvořeným jevem, je pravdivá, skutečná a není klamná. Vyhlazuje tři jedy a tři zhouby. V ní ustává utrpení komplexu mysli a těla. Stálé obviňování čtyř nehmotných agregátů a jejich příčin a podmínek se nazývá pravdou utrpení a pravdou akumulace. Chválení nirvány a cesty k ní vedoucí se nazývá pravdou ustání a cesty k ní vedoucí.

Bhante Dhammadípa

Důležité je, že to, co jsme se učili, striktně řečeno je oblast šamathy. Teď oblast šamathy z hlediska praxe žáků. Jak už jsme se zmínili, v severní tradici praxe šamathy a vipassany se vlastně nedá oddělit. To je specifika též tohoto textu, který je adresován žákům. Žáci získávají probuzení na základě správného rozlišení. Žák získá probuzení na základě správného rozlišení.

392 Viz V.M. tr.: 586.

393 Bhavágra znamená vrchol světské existence a také nejlepší předmět meditace.

Náš text popis čtyř vznešených pravd je též vlastně na základě logiky, správného rozlišení. Což je logika žáků, kteří chtějí dosáhnout stav arahata. Stav arahata je stav bez mentální strasti. Stav bez mentální strasti je stav nirvány se zbytkem. Přestože žijeme v pěti agregátech, jinak žít nemůžeme, my na těch pět agregátů neulpíváme. A tím pádem se vlastně skutečnost naplní. Ale naplní se správným rozlišováním. Protože nirvána není samsára, samsára není nirvána.

A specifika severní tradice je, že poznání takovosti, samádhi takovosti je vlastně šamatha, která se od vipašjany nedá rozlišit. V tradici théravádové, v jižním buddhismu je trénink v šamathě oddělen od tréninku ve vipašjaně. Ale trénink v šamathě je vlastně předpoklad k vipašjaně. Trénink v šamathě my můžeme získat, aniž bychom byli buddhisti, i nebuddhisti můžou uspět v šamathě, ale abychom dosáhli probuzení v buddhistickém smyslu, musíme praktikovat vipašjanu. Abychom si osvojili šamathu, musíme mít šíla, musíme mít disciplínu. A jestliže tu disciplínu máme, můžeme si osvojit šamathu. Abychom získali vipašjanu a vipašjana je synonymem moudrosti – *paňňá* a *vipassana*. Jaké moudrosti? Na základě správného rozlišování. Vi – znamená rozlišovat. Pašjati – znamená vidět. Vidět na základě správného rozlišení.

A abychom správně rozlišovali, nestačí mít disciplínu, nestačí mít koncentraci, musíme mít učitele. To jasně texty, ať už se učíme jakoukoli buddhistickou tradici, na vipašjanu potřebujeme učitele. Sám, z knížky vipassanu nemůžeš získat. A též texty vysvětlují vipašjanu spíše podle scholastického pochopení ne podle vlastně praktické zkušenosti. Protože je to těžké. Můžeš jenom popsat metodu, ale co v použití té metody opravdu zažíváš, to se popsat nedá. Čili předpoklad úspěchu ve vipašjaně je kompetentní učitel, který sám tu zkušenost nejáství má a může tu zkušenost nejáství předat. Ať už stylem zenu nebo stylem théravády nebo stylem tibetského buddhismu. Má tu zkušenost, přímou zkušenost – *abhisamaja*[394]. Abhi – znamená směr, získá správný směr, tzn. přímou realizaci. Přímá realizace je správný směr. Ale abychom se do toho správného směru dostali, musíme správně uvažovat. Tady je *vitarka*. *Vitarka* je z kořene uh, uvažovat, tím, že uvažujeme, tak se vlastně *nastavíme* na přímou realizaci. Uvažujeme o čem? Uvažujeme o tom, co nám učitel zprostředkoval. Jestliže uvažujeme jenom o knížkách, no tak těžko přímou realizaci získáme, to není možné. Protože ta přímá realizace je nad slova. Slovy se nedá zprostředkovat. Ale my v co věříme, většinou jsou to slova, ne přímá realizace. Bez slov se též k té přímé realizaci nedostaneme, ale o těch slovech musíme uvažovat. A aby ta slova měla odezvu, potřebujeme mít víru. Jestliže nemáme víru, tak ta slova žádnou odezvu mít nebudou. Jsou lidé, kteří studují buddhismus, vědu probuzení, aby kritizovali buddhismus. Takoví jedinci nikdy nebudou schopni uvažovat tak, aby se nasměrovali k realizaci. A bez nasměrování k realizaci my nebudeme mít *abhisamaja*, my nebudeme mít přímou zkušenost. To není možné.

---

[394] abhisamaja: ‚uskutečnění (prožití) pravdy‘, je plné a přímé pochopení čtyř ušlechtilých pravd tím, kdo vstoupil do proudu (sótápanna). V komentářích je tento pojem často reprezentován termínem ‚proniknutí‘ (pativédha). Často se objevuje jako dhammábhisamaja, ‚uskutečnění nauky‘. Srov. S. XIII (Abhisamaja-samjutta) a Pts.M. (Abhisamajakathá). (Nyanatiloka: Buddhistický slovník)

A abychom získali moudrost přímé realizace, ve Visuddhimagga je krásný příběh. Abychom získali přímou realizaci, potřebujeme, ten, kdo může sáhnout na přímou realizaci, to je koncentrace. Bez koncentrace žádná přímá realizace nemůže být. Jestliže ta přímá realizace došla k plnosti, ať už stav arahata nebo probuzeného bódhisattvy, to samádhi nás nikdy neopustí. Proto jsme probuzení, jsme buddhou. Protože samádhi nás neopustí. Samádhi kromě koncentrace má též v Indii význam probuzení. Vstoupit do samádhi znamená získat probuzení. Ať už jako živí či ve stavu umírání, ve stavu přechodu na druhou stranu. Vstoupit do samádhi znamená vstoupit do přímé realizace.

A vstupování do přímé realizace, jako všechno, je proces. Aby ten proces uspěl, potřebujeme mít jisté podmínky. Nejdůležitější podmínka je ta koncentrace. Ale správná koncentrace, to je právě ten příběh ve Visuddhimagga. Tři přátelé chtějí obětovat květiny bohyni moudrosti. Bohyně moudrosti je Paňňá, Pradžňápáramitá. Je transcendentální moudrost. V Nepálu, v Tibetu, transcendentální moudrost je představovaná jako krásná žena. Jako Sofie, moudrost je krásná žena. Proč je moudrost krásná žena? Protože je to nejkrásnější, co může člověk dosáhnout. A je to něco, co vlastně je vnitřní krása. Vnitřní krása je daleko důležitější než vnější krása. Můžeme mít vnější krásu, ale být bez vnitřní krásy. Vnitřní krása je moudrost. A my chceme obětovat moudrosti. Abychom obětovali moudrosti, potřebujeme koncentraci. A tři přátelé jdou obětovat květiny bohyni moudrosti. Jeden lape po květech na stromě, ale větve jsou příliš vysoko, tak tam nedosáhne. Tak druhý přítel - nastav záda, stoupne mu na záda a výš už dosáhne na ty květy, ale protože není stabilní, tak spadne též. A přiskočí třetí přítel a řekne: Zase vylez na ta záda a polož mi ruku na rameno a pak budeš mít pevný postoj a můžeš natrhat kolik květů potřebujeme. Scházej je dolů do košíku a my je sebereme a společně budeme obětovat bohyni moudrosti. Bohyni moudrosti, bohyni transcendentální moudrosti.

Abychom získali plnost, musíme mít transcendentální moudrost. Ať už se snažíme jako žáci nebo jako bódhisattvové, bez transcendentální moudrosti my se správně nenasměrujeme. Není to možné. Abychom se správně nasměrovali, jak už jsem řekl, musíme správně uvažovat. Ale my neuvažujeme správně. My uvažujeme správně, abychom získali osobní zisk, ale neuvažuje správně, abychom získali plnost. Získat plnost je jedna cesta, získat osobní zisk je zase jiná cesta. To neznamená, že ty cesty se nedají křižovat, ale aby je mohl člověk křižovat, musí být dobře nasměrován, musí mít transcendentální moudrost. Pak osobní zisk bude též vlastně ve smyslu nejájství.

A kdo je ten, který chce sbírat ty květy, aby je obětoval bohyni moudrosti? To je koncentrace. Bez koncentrace my nemůžeme získat transcendentální moudrost. Není to možné. Ale koncentrace sama nestačí. Třeba ta záda, na které si ta koncentrace stoupne, aby byla podpořena. A ta záda nejsou nic jiného, než správné úsilí. Bez správného úsilí koncentrace nedosáhne transcendentální moudrosti. Není to možné. A správné úsilí nestačí. Sice koncentraci zvedne, ale nestačí na to, aby dosáhlo transcendentální moudrosti.

Aby správná koncentrace a správné úsilí dosáhlo přímé realizace, potřebuje spoléhat na to, čemu se říká bdělá pozornost – *sati*. A sati, to je to rameno, která byla vyvýšena správným

úsilím, opře se, a pak tři přátele společně natrhají květy, které obětují transcendentální moudrosti. A tím pádem se správně nasměrují a získají přímé poznání toho, co vlastně existenci, neúplnou existenci plní. Protože poznáme to, co neúplnou existenci plní, máme přímou zkušenost buddhismu, vědy probuzení.

Jinak my vlastně pouze přežvykujeme hesla. Tak je velice důležité, aby člověk se s právně nasměroval a ta zkušenost, co získá, se nedá vysvětlit. Přesto ji nutně vysvětlujeme. A vysvětlujeme ji pomocí čtyř vznešených pravd. Čtyři vznešené pravdy jsou objektem realizace *vipassany* – správného rozlišování. Jak už jsem se zmínil, správné rozlišování je cesta žáků. Cesta bódhisattvů též potřebuje správné rozlišování, ale v rámci správného rozlišování, to znamená nejáství toho, co je přechodné a poznání neúplnosti v přechodnosti dodává dimenzi konečnosti, transcendentální moudrost, takovosti.

Čili to, co je přechodné, to, co je neúplné, strastné, to, co nemůže mít vlastní já, to je takovost sama. A takovost je neduální poznání, ve kterém samsára, nirvána též tvoří jeden celek. A toto neduální poznání, jestliže meditujeme z hlediska poznání bódhisattvů, z hlediska poznání transcendentální moudrosti, která je matka všech bódhisattvů, tak toto poznání je součástí naší zkušenosti. My nejsme odděleni od samého počátku a nemůžeme být odděleni od stavu plnosti. Stav plnosti je něco, co je neoddělitelné od naší běžné zkušenosti. A my stále hledáme ten stav plnosti jako něco, co je jiné než obsah naší zkušenosti.

A teď specifika tohoto textu, kterým se zaobíráme je génius Kumáradžívy, že se nám snaží zprostředkovat tu plnost právě v rámci tradičního poznání žáků. To tradiční poznání žáků je též, jak učí sútry transcendentální moudrosti, je též nic jiného, než takovost. A takovost je nevysvětlitelná, neuchopitelná, nepochopitelná, ale přesto v ničem nevyvrací tu zkušenost neplnosti, která tvoří náš každodenní život. A to je důležité pochopit, abychom vlastně pochopili hluboký význam toho učení, jak spojit šamathu a vipašjanu v jeden celek.

V našem textu jsme to měli mnohokrát, kdy čistá šamatha je spojená s vipašjanou. Vipašjana není *jen* na základě skutečnosti, abychom praktikovali vipašjanu, musíme poznat zkušenost, musíme poznat skutečnost. Z hlediska žáků skutečnost je pět agregátů, je dvanáct sfér poznání, osmnáct elementů poznání, čtyři vznešené pravdy, závislé vznikání. To je všechno sféra moudrosti. Ale tato sféra moudrosti je založená na rozlišování, rozlišování skutečnosti.

Teď máme pravdu nejvyšší v rámci rozlišování a máme pravdu nejvyšší v rámci nerozlišování. Pravda nejvyšší v rámci rozlišování je, že zkušenost země je zkušenost tvrdosti, zemi můžeme zničit, ale kdykoli bude země, bude zkušenost tvrdosti, tu se zničit nedá. Proto to, co je nezničitelné, je skutečná realita, která se nedá rozbít ani logikou, ani pěstí, ani ničím. Naše počitky je stav neustálé změny. A ty tvoří naší relativní zkušenost. Ale počitek samotný je přijetí zkušenost objektu. A to přijetí objektu, jako přímá zkušenost objektu, jako příjemného nebo nepříjemného nebo ani příjemného, ani nepříjemného, to se nedá zničit, ani logikou, ani pěstí, ani čímkoliv. A proto je to z hlediska relativní relativity, tzn. relativity procesu změny, relativity kauzality, to je ta nejvyšší realita. V této nejvyšší realitě vlastně ty věci jsou nezničitelné. A ty věci se pak stávají objekty vipassany.

Čili není bytost, existuje pouze z hlediska relativní reality. A protože se dá rozbít – a to všichni víme, bytost se dá lehce rozbít, žijeme v době covidu, kolik bytostí covid rozbil – bytost se dá rozbít, ale ty složky bytosti, přestože bytost bude rozbita, ty složky bytosti, jako přijetí objektu, počitek, jako vnímání, ať bytost tam je nebo bytost tam není, kdekoliv je bytost, tam tyhle složky budou. Bytost se dá rozbít, ale tyhle ty složky tam budou. Pokud bytost existuje, tak tam budou. Ale tahle bytost odejde, tamta bytost odejde, ale pokud bytost je, pokud svět existuje, tak ty složky tam budou.

A ty složky, těm se říká *paramattha* nebo *paramártha*, z hlediska té nejvyšší reality. Jestliže jsme poznali tu skutečnost z hlediska nejvyšší reality, můžeme poznat to, co jde *nad* tuto skutečnost. A to je ta transcendentální moudrost. V transcendentální moudrosti všechny tyto složky existují, ale přesto nejsou plné, pokud nepoznáme nejáství, pokud nepoznáme takovost všech jevů. Jedině takovost všech jevů pak dává tyto složky existence, dává jim chuť plnosti. A to je vipassana.

První musíme poznat, na základě poznání čtyř vznešených pravd musíme poznat to přechodné, naše agregáty, naše sféry poznání atd. Pak v té přechodnosti poznáme momentální změnu, všechno, co je nestálé, se mění v každém okamžiku. Ne, že se mění za rok, za dva, za tři. Aby se měnilo za rok, za dva, za tři, musí se měnit v každém okamžiku. A to poznáváme právě na základě správné koncentrace, správného úsilí a které se opírá o bdělou pozornost. A jsme vybaveni k tomu, abychom našili, v rámci této nestálosti, v rámci strasti nestálosti, abychom našli plnost. To je buddhismus.

A proto, o tom se budeme bavit příští týden, proto vlastně Kumáradžíva, stejně jako Visuddhimagga i Abhidharmakóša, vlastně vysvětluje čtyři vznešené pravdy na základě dvou aspektů. Naše zkušenost je též na základě dvou aspektů. Metoda je též na základě dvou aspektů. Všechno vlastně je na základě dvou aspektů. Aspekt plnosti, ať už plnosti v rozlišování nebo plnosti bez rozlišování a aspekt relativní. A ten aspekt plnosti je jedině možný na základě přímé realizace.

A proto, abychom získali přímou realizaci, musíme mít *dukkha pariňňa* – o tom budeme mluvit příští týden. Dukkha, co znamená dukkha? Dukkha znamená stav, du znamená špatný. Nestálost je špatný stav. Kha doslova znamená nebe. Být ve stavu nestálosti, je jako být pod špatným nebem. Ale jiné nebe, z hlediska naší světské zkušenosti my nemůžeme najít. Všichni jsou pod špatným nebem. Když jsme se narodili, určitě zestárneme, určitě zemřeme. Tomuto procesu se nikdo nemůže vyhnout, ani Buddha se mu nemůže vyhnout. Ten, kdo se narodil musí zemřít. Ať už se narodil jakýmkoliv způsobem, jednou se narodil, musí zemřít. To je základ.

A teď první musíme poznat, že to, co umírá není žádné já, ale to, co umírá, to jsou ty součástky, které já tvoří. A ty součástky jsou zase ze součástek a tak vlastně, jak náš text ukazuje, to jde do nekonečnosti. Čili v naší zkušenosti, světské zkušenosti, se nedá chytit žádné jádro. Ale my jednáme, jako by tam to jádro bylo. Protože nemáme pariňňa. Pari – to znamená všude okolo a ňá – znamená znalost. Znalost všude okolo, že stav nestálosti nemůže být, ať si užíváme

jakkoliv, nemůže být dobrým stavem. Dobrým stavem znamená stav plnosti. Může být zdravým stavem, může být šťastným stavem, ale nebude nikdy stavem plnosti. To znamená dukkha.

Abychom získali přímou realizaci, musí to pari být pariňňa, musí být poznána v plnosti. Jestliže ji poznáme v plnosti, pak důvod tohoto stavu neuspokojenosti, neuspokojení můžeme opustit. Tento stav nedokonalosti musí být opuštěn. Když poznáme z čeho ta nedokonalost pochází. Ta nedokonalost pochází z našeho chtíče, z naší chtivosti. Protože máme chtivost a ztotožňujeme se s tou chtivostí, proto v sobě nenacházíme plnost.

Stav plnosti je stav *bez* chtivosti. Čili stav neúplnosti je díky chtíči. Jestliže toto poznáme, opustíme chtíč, pak konec chtíče je konec neúplnosti. Konec chtíče je konec neúplnosti. To neznamená, že my nepotřebujeme mít střechu nad hlavou, nepotřebujeme mít snídani a oběd. Naopak, my to potřebujeme všechno, ale jenom v tom nenajdeme plnost. Tu plnost musíme hledat, přesto, že bez těch věcí nemůžeme žít, v nich tu plnost nenajdeme. My musíme ty věci mít, ale musíme se bránit chtíči vůči těmto věcem.

Abychom toho byli schopni, my nemůžeme se rozhodnout: Já nechci mít chtíč. Když se rozhodneme – já nechci mít chtíč, no tak to je též chtíč! My se nemůžeme rozhodnout: Já chci být plný, protože chci být plný, to je též chtíč, to je paradox. My se nemůžeme rozhodnout, my nezískáme probuzení tím, že chceme být probuzení. Ale přesto když nechceme být probuzení, tak nikdy do probuzení nedojdeme.

Čili, abychom pochopili, co vede do stavu plnosti potřebujeme mít *střední cestu*. A střední cesta stav plnosti, stav zničení já, zničení jáství - *sačikatabba* - ten musí být přímo realizován. Bez přímé realizace my stav plnosti nepoznáme. Buddha, perfektní buddha ho pozná v jednom okamžiku, žák ho poznává procesem, první vstoupí do proudu, pak se v tom proudu usadí tím, že bude redukovat svoje chtíče, až ty senzuální chtíče pro nebudou hrát žádnou roli a nakonec se ztotožní s tím stavem plnosti. A to je proces. Proces přímé realizace. A abychom ten proces přímé realizace získali, potřebujeme *márge bháve etavá* – ta musí být kultivována. Ta střední cesta musí být kultivována. Když kultivujeme střední cestu, tak ty, co je popsáno jako články střední cesty, nebudou nikdy pohromadě. Protože když máme správný názor, to neznamená, že máme správnou mluvu a správné činění a že máme správnou koncentraci, a že máme správné sati, že máme správné úsilí – to vůbec neznamená. Ale ve stavu přímé koncentrace všechny tyto složky se objevují najednou. A to je střední cesta. Střední cesta je tedy z hlediska pravdy konvenční to jsou různá rozlišení, různé rozdělení, z hlediska pravdy nejvyšší to je jednota všech těchto složek, které jsou, které tvoří cestu k přímé realizaci.

Když tuto jednotu přímo okusíme, no tak máme zkušenost plnosti. A ta zkušenost plnosti nás nikdy nemůže opustit. A jestliže máme tu zkušenost plnosti, která nás nikdy neopustí, pak máme opravdu přímé poznání Buddhova učení. A to přímé poznání Buddhova učení je, ať už z hlediska žáka, z hlediska bódhisattvy, z hlediska buddhy pro sebe, je nic jiného, než ta transcendentální moudrost. V rámci této nestálosti, v rámci strasti, která nestálost přináší, my jsme našli plnost. A my vidíme tu plnost jako něco skutečného. Na nestálost neobsahuje

všechno. Protože nirvána, nejvyšší realita není nestálost. Strast též neobsahuje všechno, protože nirvána , takovost, není strast. Ale nejáství obsahuje všechno, obsahuje jak nestálost, jak strast, tak i nirvánu. A proto vlastně čtyři vznešené pravdy je jedna pravda, pravda nejáství.

Z hlediska nedualistického poznání pak pravda takovosti všech jevů. Pravda těla dharmy, které Buddha, plně probuzený Buddha, plně realizoval. Proto se stal dharmou. Když mluvíme o dharmě, mluvíme o Buddhovi, když mluvíme o Buddhovi, mluvíme o dharmě. Ten Buddha, který se narodil a který zemřel, to je jen konvenční Buddha. Skutečný Buddha je dharma. A dharma je objekt transcendentální moudrosti, který každý musí poznat sám pro sebe. Proto Buddha učí, abychom se stali dhammadípa 😊 – ostrov dharmy. Ostrov dharmy je poznání plnosti v naší přechodné zkušenosti, v naší přechodné existenci, v našem přechodném světě.

A pro dnešek by to stačilo, to máme předkrm na vysvětlení čtyř vznešených pravd. Bez ordéru ve francouzské kuchyni žádné lahůdky nemůžou přijít. Tak jsme si dali dneska předkrm a příště začneme se čtyřmi vznešenými pravdami z hlediska textu Kumáradžívy, tak jak je vysvětluje. Kumáradžíva je vysvětluje z hlediska konvenční pravdy, konvenčního, ale z hlediska rozlišování, rozlišování je konvenční pravda též, ale přestože vysvětluje čtyři vznešené pravdy z hlediska konvenční pravdy, pravdy rozlišování, jako velký jogín a velký realizátor do toho dává chuť autenticity. Není to stejné ani s Visuddhimaggou ani s tím, co najdete v popisech spisů pro žáky v severním buddhismu. Má to chuť originality. A originalita patří básníkům a Buddha byl též básník. Velké osobnosti buddhismu všichni byli básníci. Protože tu krásu transcendentální moudrosti my slovy předat nemůžeme, normálními slovy. Musíme je předat různými poetickými úkazy. Vlastně stejné máme i v křesťanství, v židovství, v islámu ve všech náboženstvích vlastně tu pravdu nejhlubší můžeme předat jen úkazy. A v tom je též Kumáradžíva jako velký jogín obzvláště zručný.

Tak tady skončíme pro dnešek, dámě zásluhy pro dobro všech bytostí a příští týden se pustíme do čtyř vznešených pravd.

(24. část)

Teď se dostáváme vlastně k jednomu z nejzákladnějších témat buddhismu. My se nacházíme vlastně v samsárickém stavu, protože jsme nepochopili čtyři vznešené pravdy. Ačkoliv se říká čtyři vznešené pravdy, ale vlastně ty pravdy nejsou vznešené, jak Abhidharmakóša atd. vysvětluje, jsou to ne vznešené pravdy, ačkoli tento název je tady zaběhlý, jedná se o pravdy vznešených lidí. Ne vznešené pravdy. Pravdy samotné nejsou vznešené, ale patří vznešeným lidem. Abychom pochopili co je zde vysvětleno, co se Kumáradžíva nám snaží předat, tak to je důležité pochopit. Ty vznešené pravdy jsou pravdy vznešených lidí.

A člověk se stane vznešeným tím, že ať už v praxi bódhisattvů či v praxi žáků, bezprostředně pozná, tzn. ne na základě *vikalpy*, na základě rozlišujícího vědomí, ale přímým poznáním – *pratjakša*. To znamená proti očím, tedy ne zprostředkované, ne mozkem, ne zprostředkované mentálním vědomím, ale přímé vnitřní poznání objektu osvobození. Ať už ho chápeme, to čemu říká mahájánová tradice dualistickým způsobem, jakožto protiklad samsáry, nebo ať už chápeme nedualisticky, jakožto takovost. Jestliže máme bezprostřední poznání, pak se stáváme vznešení.

A co to znamená, být vznešený? To je důležité pochopit a to je většinou nepochopené. Člověk se stává vznešeným, protože kdykoliv jestliže má tuto přímou znalost objektu probuzení, kdykoliv se mu zachce, on je vlastně spojen s tímto objektem. A být spojen s tímto objektem znamená ve všech vozech buddhismu, že vlastně tyto naše rozpory, které jsou součástí našeho života, problémy, strachy, všechno toto se zdá být jako zlý sen. Jako něco, co není skutečné. Protože ten, kdo se stává vznešený, má bezprostřední poznání nejáství. Jestliže má bezprostřední poznání nejáství, to neznamená, že je zbaven vnitřních protikladů, strachu, ale zmenší se. Zmenší se tak, že kdykoli vyvstanou, okamžitě si je vědom, že vlastně je to něco cizího, že to není jeho vlastní, že to není to, co ho vlastně vytváří. To je důležité pochopit.

A stejně tak, jak už jsem vysvětlil, jestliže máme bezprostřední zkušenost džhány, tuto zkušenost nemůžeme zapomenout. Jestliže máme bezprostřední zkušenost přímého poznání objektu osvobození, tato zkušenost nás bude stále doprovázet. Až do osvobození. Nemůže zmizet z vědomí, je to tak silná karma, že vlastně se stává základem vědomí i v příštích existencích. To neznamená, že ten člověk, který se stane vznešený, je si vědom, potom co projde procesem znovuzrození, že si je vědom, že to v sobě má. Ale tím, že to v sobě má, když uslyší učení, když potká někoho, kdo mu to učení může předat, okamžitě nebo bez dlouhých potíží zase se stává to přímé poznání součástí jeho vědomí. A neztrácí ho.

Minulý týden jsem vlastně dal jisté základní poznání, které nám umožní pochopit čtyři vznešené pravdy nebo čtyři pravdy vznešených, jak už jsem řekl. Abychom lépe pochopili, obraťme se k textu samotnému a zkusíme ho pochopit trošku hlouběji. Kumáradžíva, jak už jsem se zmínil, vlastně je dědicem tradice kašmírské jógy, která má jak přímé spojení s učiteli mahájány, tak i s klasickými učiteli základního severního buddhismu, což znamená sarvástivády, vaibhášiky, sautrántiky. Kumáradžíva byl hluboce vzdělán ve všech těchto

tradicích. A co je důležité, že tím představuje vlastně synkretický přístup k pochopení buddhismu, který je tak důležitý, obzvláště v dnešní době.

Text vysvětlení čtyř pravd vznešených osobností, vznešených lidí začíná klasicky vysvětlením toho, co čtyři vznešené pravdy nebo čtyři pravdy vznešených vlastně znamenají. Je to pravda utrpení. Utrpení, jak už jsem vysvětlil – *dukkha,* neznamená fyzickou bolest, to je jenom součást toho, abychom pochopili, ale hlavně se jedná o mentální nepohodu. *Du* – jak už jsem se zmínil, znamená špatný, *kha* – doslova v sanskrtu znamená nebe. Špatné nebe. Špatné nebe je jaké nebe? Je to nebe kdy my jsme chtíčem navázáni na stav nestálosti. A bereme stav nestálosti jako vlastně vše v naší zkušenosti. A tím pádem tato nestálost může být příjemná. I příjemná nestálost nemůže přinést uspokojení. Může být nepříjemná. A samozřejmě nepříjemné o to více nemůže přinést žádné uspokojení.

A uspokojení, vlastně optimální uspokojení je vysvobození. A stav naplnění je též *předpoklad* osvobození. Abhidharmakóša též učí v théravádovém buddhismu najdeme stejné principy, abychom hluboce vstoupili do procesu osvobozování, předpoklad je, že máme málo přání, … že máme *santušti*. Tzn. vnitřní uspokojení. Jestliže je nenajdeme, vlastně ten přímý objekt osvobození se nám v mysli nevyjeví. Proto je tak důležité, všechny tradice vysvětlují ať už jižní, severní, že je tak důležité, aby člověk našel prostředí, ve kterém najde spokojenost. A nehledá problémy venku, ale hledá problémy u sebe uvnitř. Protože, podle buddhismu, jestliže chceme porozumět buddhismu, vlastně veškeré problémy mají své kořeny ve vědomí. A vědomí je kořen veškeré naší zkušenosti. Bez mysli se žádný objekt nevyjeví. A jak už jsem vysvětlil, jakou mysl máme, nezáleží na objektu, i když objekt mysl ovlivňuje, nezáleží *jen* na objektu, ale záleží též na tom, *jak* mysl k objektu obracíme. Tomu se říká v Abhidharmě *abhudžita*. Jak vlastně skláníme mysl k objektu. Podle toho, podle objektu samotného, a podle toho, jak skláníme mysl k objektu vlastně naše mysl pracuje.

Ale to nejdůležitější je, jak sklánět mysl k objektu. Proto, jak už jsem vysvětlil, tento text začíná meditací na nehezké objekty a pak, před meditací na bezforemné objekty vysvětluje Kumáradžíva meditaci na hezké objekty. Mysl má schopnost převrátit nehezké v hezké, hezké v nehezké a my, bytosti omezené, které nemají hlubokou zkušenost tzv. *samatha*, což znamená vlastně vyrovnanost všech věcí, která pochází vlastně z vědomí samotného. Aby vědomí pracovalo, tak jak pracuje, musí pracovat na základu rovnoměrnosti ve vědomí. To je důležité pochopit. *Samatha*. A ta *samatha* se stane hlubokým prožitkem právě bezprostřední realizací. Jinak bude vždy povrchní.

A uvidíme vlastně, abychom pochopili buddhismus, ve všech tradicích se učí, abychom pochopili buddhismus, musíme pochopit nejen čtyři pravdy, abychom pochopili čtyři pravdy, musíme především pochopit dvě pravdy. A to je pravda relativní a pravda nejvyšší. Ta pravda relativní, ve které žijeme, a která vlastně nás bytosti tvoří, tvoří naše jednání zde ve světě, ve kterém žijeme. Protože ten svět, ve kterém žijeme je bezprostředně komunikován naší myslí. A naše mysl tak, jak ji požíváme v relativním způsobu, je komunikována vlastně naší karmou. To neznamená, že my vidíme stejně, jako druzí, my vidíme podobně, protože jsme lidé a žijeme

ve stejné společnosti, ale každý vidí jinak. A lidé v jiných společnostech vidí též jinak, protože jsou jinak formováni vůlí. A vůle, motivace vlastně je to, co vytváří myšlenkové procesy. To je důležité pochopit. Jestliže se vůle, motivace změní, myšlenkové procesy se též změní. A svět se změní též.

A nejhlubší změna právě nastane přímým poznáním objektu osvobození. Bez toho ta změna zůstává na povrchu, je diktována relativní realitou, ne realitou nejvyšší. A to, co je diktováno relativní realitou, vždy zůstává na povrchu a stále se mění.

Teď rozdíl, kromě mnohých jiných rozdílů mezi severním buddhismem, který má tendenci se přiklánět k praxi bódhisattvů a jižním buddhismem, který se přiklání k praxi žáků, je ten, že jižní buddhismus, stejně tak jako základní učení severního buddhismu, které se obrací k žákům, věří jak v *arta* – což znamená hluboký význam učení, tak i ve *vjandžana*, tzn. na písmo. Vjandžana doslova znamená ty hlásky, které písmo tvoří. Ty hlásky, ta slova, které písmo tvoří je též platný úkaz pravdy. Mahájánové učení tvrdí, že skutečné útočiště nejsou slova, ale skutečné útočiště je hluboký význam. A též – to je to, čemu v severním buddhismu *Asanga* v *Bódhisattvabhúmi* říká čtyři útočiště. Útočiště praktikanta dokonalostí, což je severního buddhismu, což je cesty bódhisattvů, věří v pravdu absolutní a na základě pravdy absolutní si chce tvořit názor, co je pravda takovosti. Věří v *nitártha*, ne v *nejártha*, tzn. pravdu adeptů, kteří přímo poznali objekt osvobození. Ne v *nejártha*, tzn v pravdu těch, kteří jsou vedeni k tomuto poznání. Mají útočiště v dharmě a ne v osobě. Dharma a ne *pudgala.* Mají útočiště v pravdě nejvyšší, ne v pravdě relativní.

A pravda nejvyšší a pravda relativní. Jestliže chceme poznat rozdíl mezi žákem a mezi těmi, kteří praktikují cestu dokonalosti je, že v pravdě relativní existují osobnosti. Ale v pravdě nejvyšší neexistují osobnosti. Tento význam se *rozšiřuje* v cestě bódhisattvů v pravdě nejvyšší neexistuje nic. Protože existence pochází právě, jak čtyři vznešené pravdy vysvětlují, důvod nenaplnění tj. samudaja, pravda, důvod nenaplnění je právě chtíč. My věříme ve skutečnou existenci všech fenoménů, ať už osob či fenoménů, které o sobě vnímají, my věříme v jejich skutečnou existenci v jejich to, čemu se říká *svabháva*, v jejich *vlastní* charakter právě proto, že jsme se nezbavili ulpívání. A jestliže máme přímou zkušenost objektu osvobození, ať už si ho představujeme jako nirvánu nebo jakožto takovost. V takovosti, v nirváně není právě místo na ulpívání. Právě proto ty hluboké principy transcendentální moudrosti Buddha vysvětluje žákům, kteří mají bezprostřední zkušenost z objektu probuzení, ve kterém není místo na ulpívání.

A tato skutečnost, to je ta pravá skutečnost. Jiná skutečnost není. Čili čtyři pravdy vznešených je jenom jedna pravda. To se též jasně učí ve všech buddhistických tradicích. Buddha učil: … Existuje jenom jedna pravda. Není žádná druhá.

My používáme druhou pravdu, třetí pravdu, čtvrtou pravdu, mnoho pravd, abychom koneckonců pochopili jednu pravdu. A jedna pravda je ta pravda, která vlastně nevidí nikde něco skutečného, co by mělo být objektem ulpívání, objektem žízně, objektem chtivosti. A to proto, že právě v té nejvyšší realitě není žádné místo na ulpívání, není žádné místo na ulpívání

na slovech, protože ulpívání je spojeno ne s realitou, ale s koncepty, se slovy. S koncepty, které vytvářejí slova. A abychom pochopili, že čtyři vznešené pravdy vedou nakonec k jedné, skutečné pravdě, musíme ty čtyři vznešené pravdy studovat. A čtyři vznešené pravdy načínají a vlastně i končí proniknutím *dukkha*. To je učeno v písmu, abychom vlastně pochopili, co jsme a kde se nacházíme, musíme proniknout dukkha. V Samjutta nikája je *Gavampati sutta*[395] kde Gavampati vysvětluje:

> Slyšel jsem z úst Vznešeného, že ten, kdo pronikne dukkha automaticky proniká též příčinou dukkha, koncem dukkha a střední cestou, která vede ke konci dukkha.

To jsou čtyři vznešené pravdy. A jak už jsem se zmínil, abychom je pochopili a to text jasně vysvětluje, ta dukkha musí být *pariňňa*. Musí být poznána všude okolo, *pari* - znamená všude okolo, ve všech aspektech. Proto jak texty théravády, tak texty severního buddhismu, najdeme to ve všech vlastně důležitých traktátech, vysvětlují nejobšírněji pravdu dukkha. Protože když pochopíme pravdu dukkha máme otevření automaticky pro pochopení všech ostatních pravd. Ale dukkha neznamená utrpení, dukkha znamená stav nenaplnění. Být vázán je stav nenaplnění.

A jestliže poznáme dukkha to neznamená, pokud nemáme přímý objekt probuzení, že ve stejném momentě, když se v mysli, ve vědomí objeví stav nenaplnění, že chápeme též jeho příčinu. Abychom v momentě, kdy se dukkha vyjeví též viděli jasně i příčinu dukkha, musíme mít bezprostřední zkušenost objektu probuzení. Jinak máme dukkha, ale nevidíme příčinu dukkha. A když vidíme příčinu dukkha, vidíme též konec dukkha. A když vidíme konec dukkha vyjeví se střední cesta. A ve střední cestě objektem není jedna pravda, objektem jsou všechny čtyři vznešené pravdy zároveň. Všech osm členů střední cesty se vyjeví zároveň. Jestliže máme pravdu separátně, pravdu dukkha separátně a vyjevení dukkha separátně, no tak se těch osm členů střední cesty nikdy nemůžou objevit současně. Nebudeme mít správný názor se správným myšlením, se správným etickým jednáním, se správným sati, se správným virija, se správným samádhi. Nebudeme mít dohromady. Ale jestliže se objeví ten objekt, který nemůžeme chytiti, po kterém nemůžeme lapat, který není objekt, který nám slova nebo hlásky nebo věty můžou zprostředkovat. Jedině jestliže budeme mít takový objekt, který se chytit nedá, tak máme bezprostřední zkušenost čtyř vznešených pravd, máme bezprostřední zkušenost osmičlenné střední cesty.

Abychom to pochopili, musíme jasně chápat dva aspekty. Právě proto, stejně jako v Abhidharmakóša najdete též i v učení théravády, vlastně abychom pochopili čtyři vznešené pravdy, musíme pochopit jasně dva aspekty těchto čtyř vznešených pravd. To jsou hlavně tedy aspekt, který se dá rozlišit diferencující, rozlišující myslí, která lape po objektech rozlišování, protože my lapeme doslova po objektech rozlišování. My se nacházíme ve stavu nenaplnění. A stav nenaplnění je stav též *prapaňča*. Stav multiplikace, rozšiřování našeho vnímání, našich

---

[395] Gavampatisutta online v angličtině.

pocitů na základě chtění, na základě chtivosti, na základě toho, čemu buddhismus říká *tanha* – žízeň.

My máme žízeň po tom něco lapnout, něco chytit pro sebe, co se vlastně striktně řečeno chytit nedá. Právě proto, jestliže jsme pronikli všude dokola pravdu nenaplnění, může se vyjevit též příčina nenaplnění. To je *samudaja*, to je vyvstání, proces vyvstávání. Vlastně prapaňča je též proces vyvstávání na základě žízně, na základě *rága*, na základě chtění. Na základě chtění se naše počitky, naše vnímání multiplikuje do nekonečných řetězů, ve kterých ve vlastně naše osobnost ztrácí. Takže my nepoznáme tím pádem jádro. A kdo nepozná jádro, nepozná sebe. A poznat sebe v buddhismu znamená poznat fakt, že vše, co zažíváme, to vysvětluje též krásně Visuddhimagga, krásně též traktáty severního buddhismu, že vše, co vlastně zažíváme, v tom nenajdeme žádné jádro. Existuje pocit, ale neexistuje ten, kdo cítí. Existuje mysl, ale neexistuje ten, kdo myslí. Existuje čin, ale neexistuje nikdo, kdo něco dělá.

A právě proto, jak Visuddhimagga vysvětluje, vlastně příčina nikdy nedojde k důsledku. Proč? Protože to, co zažíváme a to je relativita všech jevů, to je proces, vše co zažíváme je jen proces. A v procesu vyvstání, aby proces dával smysl, jakýkoliv proces vnější, vnitřní, to je jasně vysvětleno v Abhidharmě, v jakémkoli procesu, aby dával smysl - to, co vyvstane zaniká ve stejném okamžiku. A aby to člověk zažil. Potřebuje šamathu a vipašjanu, bez toho to nepůjde. To, co vyvstává ve stejném okamžiku zaniká. Nemůže zde být žádné rozdělení mezi důvodem a důsledkem. To rozdělení není nic jiného, než naše konceptuální mysl. Čili my se nespoléháme na realitu, my se spoléháme na naši konceptuální mysl, která nás vlastně striktně řečeno od té reality odlučuje.

A v jižním buddhismu vysvětluje, že jak vznikání, tak zanikání má své příčiny. V severním buddhismu i v Abhidharmakóša i v Abhidharmě žáků je vysvětleno, že vše vzniká na základě příčin a důvodů a zaniká spontánně. Zanikání nepotřebuje žádný důvod. Je bezprostřední částí všech procesů, které prožíváme. Jestliže to vidíme, no tak pak ten konec dukkha se vyjevuje ve stejném momentě jako dukkha. Protože vidíme příčinu dukkha. A pak se též vyjeví střední cesta ve které ty čtyři vznešené pravdy tvoří jeden celek.

Aby čtyři vznešené pravdy tvořili jeden celek, abychom získali střední cestu, pak musíme mít bezprostřední zkušenost toho objektu, který se nedá lapit, který se nedá chytit. Pak je střední cesta možná. Čili ten zánik dukkha, ten musí být, my se musíme stát svědky doslova toho zániku, který je od reality naší zkušenosti *neoddělitelný*. Jedině tak střední cesta se může vyjevit ve vědomí.

A teď se podíváme jak to krásně Kumáradžíva poeticky všechno vysvětluje, ty dva aspekty. Kumáradžíva vysvětluje: Existují dva typy dukkha. Tzn. tělesná dukkha a mentální dukkha. A to je naše realita. To realita všech procesů, co zažíváme, vnitřně i zevně, to je realita nestálosti fyzické, tak i nestálosti mentální. Protože aby se to mentální spojilo s tím fyzickým, jak sútry transcendentální moudrosti jasně vysvětlují, musíme si představit to fyzické a to mentální, jako něco, co existuje samo o sobě. Ale oni sami o sobě existovat nemůžou. Oni existují jenom v závislém procesu. A v tom závislém procesu nenajdeme žádné jádro. To nenacházení

žádného jádra, to je ten hluboký význam *anatta* – nejáství. Nejáství, které nepatří jen osobám, ale patří všem jevům. Protože veškeré jevy se můžou vyjevit jedině na základě závislosti. A závislost je vyjádřením mysli, která bere něco jako skutečné. Skutečně existující znamená existující samo o sobě. To je důležité pochopit. To, co existuje, musí existovat samo o sobě. To je hluboký význam nejáství. To je hluboký význam buddhismu. A jestliže to chápeme, pak ta střední cesta může být kultivovaná do konce, do stavu buddhy.

Dukkha je jak mentální, tak i tělesná. Důvod dukkha je to, čemu se říká hromadění – akumulace. A akumulace též znamená vytváření. Visuddhimagga to vysvětluje jako vytváření. My vytváříme realitu jako skutečno právě stavem neuspokojení. A Kumáradžíva vysvětluje, že ten stav vytváření, ten stav zrodu – vytváření je zrod, *samudaja* je též zrod, ten proces zrozování doslova má též dva aspekty. Tzn. aspekt samjódžana[396]. Samjódžana jsou ty překážky, které nám brání vipassaně. To, co nám brání ve vipassaně, tomu se říká samjódžana. Judž- znamená spojit, sam – je dohromady. Jak moudrý Šáriputra vysvětluje: Černý vůl není překážkou bílému volu. Ale jho mezi nimi, ta překážka mezi nimi, to je to, co brání ve svobodě bílého a černého vola. Ale černý vůl bílému volu nevadí, bílý vůl černému volu též nevadí. Tzn. mysl nevadí objektu, objektu nevadí mysl, ale to jho mezi nimi je to, co nám brání ve vipassaně.

Vipašjana znamená správné rozlišování. Vi – je rozlišování, pašjana – je vidění. Správné rozlišení je správným viděním. To je vipašjana. Objekt nebrání mysli, mysl nebrání objektu, ale to jho mezi nimi je co nás uvazuje na stav dukkha.

Abychom to pochopili, z hlediska relativní reality se dukkha projevuje jako *parjavasthána*[397]. *Parjavasthána* znamená aktivní vyjádření kléša. Aktivní vyjádření *kléša* je, že člověk se zlobí, člověk má chtíče, člověk má pýchu, myslí si, že je něco lepšího, než ti druzí. Člověk má žárlivost, člověk je chamtivý atd. Tomu se říká *parjavasthána* – aktivní vyjádření těch kléša, těch nečistot ve vědomí, které sebou nosíme v latentním stavu ve vědomí.

Právě proto, abychom chápali buddhismus, to je krásně vysvětleno ve Visuddhimagga, musíme správně chápat vlastně tři druhy vyjádření nečistot. A ty tři druhy vyjádření nečistot, my jejich sílu (to je meditace) jejich sílu my brzdíme právě *šikšá-traja*. To znamená učením o *šíla*, učením o *samádhi* a učením o *vipašjana*, o moudrosti. Ovšem jejich funkce je rozdílná.

To můj učitel na Šrí Lance, když jsem se začínal učit théravádový buddhismus, ten to vysvětloval krásným příběhem. Teď byl mohl něco povědět, aby nebylo příliš mnoho informací a málo zažívání. Krásný příběh jednoho frustrovaného chlapce. Viděli jste někdy frustrovaného chlapce? Frustrovaný chlapec co dělá? Je neklidný, stále neklidný a furt by – všechno mu vadí. A je agresivní. Protože je frustrovaný, velice frustrovaný, je agresivní. Ale tu agresivita on

[396] samjódžana: ‚pouta'. Existuje deset pout, která váží bytosti v koloběhu existence: 1. ‚osobnostní názory' neboli ‚přesvědčení o existenci já' (sakkája-ditthi), 2. pochybovačnost (vičikiččhá), 3. lpění na pouhých pravidlech a rituálech (sílabbata-parámása; upádána), 4. smyslná žádostivost (káma-rága), 5. zlovůle (vjápáda), 6. žádostivost po jemnohmotné existenci (rúpa-rága), 7. žádostivost po nehmotné existenci (arúpa-rága), 8. domýšlivost (mána), 9. neklid (uddhačča), 10. nevědomost (avidždžá). Více viz Slovník

[397] parjavasthána, v páli padždžavatthána: aktivní vášně či posedlosti, které ovládají vědomí jedincovo, na rozdíl od latentních vášní či sklonů (anušaja, anusaja), jež dřímají v podvědomí a neprojevují se.

nemůže nijak vyjádřit, tak ji prostě v sobě potlačuje. A v sobě ji potlačuje a tak furt by lítal někam ven. A tak uteče z domu a na Šrí Lance jde kam? Jde do lesa. Vezme hůl a jde do lesa. Po cestě, všechno, co vidí, do toho musí mlátit. Do keřů mlátí, do pavouků, do pavučin mlátí, do brouků, do mravenců. A přijde do lesa na krásnou paseku a tam je mraveniště, bílí mravenci. Jestli jste byli v tropických zemích, víte o čem mluvím. Vytvářejí ohromný pyramidy a v nich velké tunely.

A tak tou holí zaboří do toho tunelu a začne mlátit ty bílé mravence, co tam žijí. A v těch tunelech v „pyramidách" bílých mravenců právě žije kdo? Kobra! Kobra se stočí do těch tunelů a pohodlně spí. To je její domov. Samozřejmě co je mraveniště, to si můžeme představit, to není nic jiného, než naše tělo. A ty tunely, to jsou naše nervy a naše mysl. A v nich žije, v našem srdci, což je střed těch tunelů, v nich žije ta kobra.

A teď náš frustrovaný chlapec do toho začne šťárat, no tak kobra se probudí. Tomu se říká *parjavasthána* – aktivní zašpinění mysli. Čili když se probudí, vztyčí hlavu a pozoruje, co se děje. Tomu se říká parjavasthána, což jsem přeložil jako … uvnitř to vybuchne. Tak se to vztyčí, ta nečistota se vztyčí jako kobra. A hledá příležitost, co by buď chytla anebo do čeho by se pustila. Tomu se říká parjavasthána. A jestliže máme morální jednání, tak přesto, že ta kobra vyvstane, tak neuděláme nic, co by byl nemorální čin na základě těla, že budeme zabíjet, budeme smilnit atd. A nebo na základě řeči – nebudeme nadávat, lhát atd. Tak to morální jednání – síla nebo ta morální předsevzetí – nebudu zabíjet, nebudu krást atd. to brání tomu, aby my jsme škodili sobě a ostatním na základě tělesných a vokálních činů.

A teď my jsme praktikanti šamatha, my praktikujeme koncentraci a ve stavu hlubší koncentrace ta kobra, která sídlí v tom mraveništi, ta klidně spí, nevztyčí hlavu. Ale je tam. Ale klidně spí. Tomu se říká *vikkhambhana*[398], že ve stavu samádhi, *vikkhambhana* znamená vytřásli ven veškeré proudy nečistot vědomí. Ale my jsme je jenom vytřásli, oni tam spí v latentním stavu. A jestliže praktikujeme vipašjana, jestliže se dostane přímo k poznání toho, co je to jho mezi objektem a subjektem, bezprostřední poznání jha, tak my můžeme procesem vipašjana, procesem vidění věcí tak, jak skutečně jsou, my můžeme vykořenit ty nečistoty. A kobra zmizí a ten tunel, ta jeskyně bude prázdná. A to je stav vysvobození. V tom tunelu nezbyde nic nebezpečného. Nic, co může svým jedem uškodit nám nebo druhým.

A teď text též vysvětluje, že konec dukkha má též dva aspekty. Dá se též chápat jako aspekt konvenční a aspekt nejvyšší. Aspekt konvenční je když se stanem buddhou, ať už žákem buddhou nebo bódhisattvou buddhou, tzn., že ten tunel, ten jed je prázdný. Čili my máme pět agregátů existence, ale my na nich neulpíváme. Tomu se říká nirvána se zbytkem. A ta nirvána v absolutním smyslu, to se různě též vysvětlit, v různých tradicích. Standardní vysvětlení to je stav, když buddha zemře, pět agregátů se rozpustí a není už absolutně nic, co by se dalo chytit.

[398] vikkhambhana-pahána: ‚překonání potlačením', představuje jeden z pěti typů překonání neprospěšného; pahána. Srov. M. 20.

A též cesta má dva aspekty, jak text vysvětluje. Aspekt šamathy a aspekt vipašjany. Aspekt vipašjany znamená aspekt moudrosti. Aspekt šamatha znamená aspekt koncentrace, správné koncentrace. A aspekt správné koncentrace je jaký aspekt? To je aspekt to, čemu jsme říkali světská cesta. Světská cesta čistoty je, že my na základě koncentrace vyklepeme, jako blechy z kabátu, vyklepeme veškeré nečistoty z vědomí. A ve stavu šamatha nejsou nečistoty, ale pokud nemáme vipašjana, pokud nemáme bezprostřední moudrost poznání objektu osvobození, tak když vystoupíme ze stavu hluboké koncentrace, no tak ty nečistoty se znova vrací. A naopak, ten kdo ty stavy hluboce prožívá se stává daleko senzitivnější vůči těmto stavům, proto ho zaklepou. Ten, kdo hlubokou koncentraci nemá, tak ty stavy zašpinění s ním nezaklepou.

Hluboká koncentrace je hluboká senzitivita. Když ty stavy máme, tak to zašpinění vědomím zaklepe. A právě proto je to předpoklad toho, abychom měli *samvéga*[399], doslova aby ten stav dukkha s námi otřásl. Jedině jestliže stav dukkha s námi otřese, může se vyjevit v mysli objekt osvobození. Jestliže stav dukkha nás neotřese, no tak ten objekt probuzení se halt neobjeví. A *wisdom,* tedy bezprostřední poznání, znamená aspekt vipašjana. Protože vipašjana v hlubším smyslu znamená bezprostřední poznání objektu osvobození. A poznání těch objektů, které tvoří naší relativní skutečnost, jako něčeho, co samozřejmě existuje. Ale existuje jenom v pravdě relativní, která nám vlastně zakrývá tu jednotu pravdy nejvyšší. Právě jedině v té pravdě nejvyšší možno najít tu jednotu, tu stejnost všech jevů, stejnost ve smyslu nemožnosti jejich uchopení jako něčeho, co skutečně existuje.

A pro dnešek by to stačilo, teď se budeme věnovat hlubšímu pochopení čtyř vznešených pravd, protože to vlastně nám zprostředkuje správný směr v meditaci. Bez toho hlubšího pochopení čtyř pravd ten správný směr v meditaci zprostředkován nebude. A my se budeme orientovat na slova a ne na realitu. Tak skončíme tady a příští týden budeme pokračovat v hlubším vysvětlení čtyř vznešených pravd a jejich význam v našem procesu probuzování.

Tak to by stačilo, jsou nějaké otázky tady?

> Otázka: Já jsem asi Bhante nepochopil dobře jednu věc, o které jsi mluvil, možná to je z toho důvodu, jestli jste mluvil o té věci z hlediska pravdy absolutní nebo relativní - o tom, že příčina nevede k následku.

Bhante: Pravdy nejvyšší. Absolutní to zní „hegelsky“. Absolutní znamená, že tam něco existuje.

> Otázka: Já jsem tam jako pochytit, že snad jako příčina nevede k důsledku, což by mně zajímalo, jak by to souviselo s karmou. A druhá věc je, že jste říkal, že

[399] samvéga-vatthu: ‚zdroje naléhavých pocitů‘ (či emocí). Ve Vism. III se jich rozlišuje osm: „zrození, stáří, nemoc, smrt, utrpení v nižších oblastech existence, minulé utrpení pramenící v koloběhu znovuzrozování, budoucí utrpení pramenící v koloběhu znovuzrozování, přítomné utrpení pramenící ve shánění potravy“.

zánik všech fenoménů je dán sám o sobě, že nepotřebuje žádný důvod. Ale nemůže to být tak, napadá mě, že příčinou zániku je vznik.

To tady vysvětlíme, to by byla dlouhá, dlouhá diskuze. To máš přesné vysvětlení též ve Visuddhimagga, že pravda dukkha, pravda akumulace je to, co vysvětluje, že nemůže být určena, nemůže být nihilismus. A pravda zaniknutí je co vysvětluje, že nemůže být něco, co je eternita[400], co existuje ve věčnosti. Čili to je specifika buddhismu, abychom poznali buddhismus, musíme právě poznat ty čtyři vznešené pravdy. Abychom viděli, že jak pojem věčnost, tak pojem nihilismus je vlastně deformace v našem myšlení. A my jsme vlastně k této deformaci vedeni. Se Sovětským Svazem na věčné časy, jak se říkalo za mých dob.

Otázka: A nikdy jinak. Bhante mě tam zmátlo, když jsi říkal, že příčina má svůj důvod, ale zánik ne. A já si říkám, jestli příčina zániku není právě zánik. Že to, co nevznikne, nemůže ani zaniknout, protože to by znamenalo, že…

V procesu ten vznik a zánik nemůžou být od sebe oddělené. To kdo odděluje, to je tvá konceptuální mysl. To je třeba pochopit. Kdo odděluje? Konceptuální mysl. Ta konceptuální mysl nám zároveň brání, abychom viděli tu střední cestu. Ale bez konceptuální mysli my též se k té střední cestě nedostaneme. To je ten paradox toho plného měsíce, který se odráží ve všech tůních a toho prstu, který na ten měsíc ukazuje.

Tak dáme přenos zásluh pro dobro všech bytostí. Nechť všechny bytosti najdou cestu jak ztlumit a ukončit stav dukkha, stav nenaplnění. Přejeme to sobě a přejeme to jim.

[400] Věčnost, nesmrtelnost.

(25. část)

Co se týče čtyř vznešených pravd, tím vlastně začínáme, stejně tak jako Nágárdžuna, když vysvětluje závislé vznikání, vlastně bere pozici žáků a vysvětluje závislé vznikání stejně jako v podstatě najdete ve Visuddhimagga. Tak i zde to vysvětlení čtyř vznešených pravd se hodně podobá vysvětlení, co vidíte ve Visuddhimagga, samozřejmě to je severní tradice – Mahávibhášašástra, která je vlastně nejdůležitější pojednání severní tradice, co se týče praxe žáků. Ale pak, v té poslední sekci, ke které se dostaneme po letních prázdninách, vlastně Kumáradžíva se zabírá těmi nadpřirozenými silami plně z pozice praxe bódhisattvů, což je velice zajímavé. Jak kombinuje, o tom jsme už mluvili, kombinuje ty dva přístupy, přístup žáků a přístup bódhisattvů.

Podle Mahá Nirvánasútra, což je mahájánová nirvána sútra v poznání vznešených nebo, jak už jsem vysvětlil, v poznání pravd vznešených osob, tzn. těch, kteří přímo realizovali bezprostředně objekt vysvobození čili vlastně už mají jistotu, že se zbaví samsárického utrpení. A podle velké sútry nirvány v mahájánové tradici v učení žáků pravda strasti - d*ukkha sačča* je hlavní pravda. Jak už jsem se zmínil myslím minule v agamách najdete též v sanskrtské verzi, též v páli verzi, podle základního písma ten, kdo poznal pravdu utrpení, pravdu strasti, též poznal všechny ostatní pravdy. Čili důraz v učení žáků je na proniknutí čtyř pravd vznešených.

Důraz v učení pratjéka buddhů, tzn. plně realizovaných buddhů pro sebe, tzn. praktikují obzvláště pro své vlastní osvobození, ale jejich proniknutí objektu osvobození je hlubší, proto i v théravádových komentářích je vysvětleno jako v díle *Brahmadžálasútra*[401], kterou přeložil Bhikkhu Bódhi – je vysvětleno, že aby se meditující stal plně probuzeným buddhou pro sebe, musí nahromadit daleko více dokonalostí, než ti, kterým se říká *agra šrávaka* – ti hlavní žáci jako Sáriputta, Moggallana. A by se člověk stal plně probuzeným buddhou, potřebuje nahromadění nekonečných dokonalostí.

A v čem je proniknutí buddhy pro sebe? Je v proniknutí, v hlubším proniknutí závislého vznikání. Pochopení závislého vznikání u buddhů pro sebe je hlubší než pochopení žáků. Právě proto potřebují ještě více dokonalosti, aby zákonem závislého vznikání pronikli do větší hloubky. A aby to to udělali, zdůrazňují ve čtyřech vznešených pravdách pravdu vyvstání. Vyvstání utrpení – *samudaja sačča*. Pravdu důvodu utrpení. Což je žízeň. Jak žízeň pracuje poznají hlouběji, obšírněji než žáci. A bódhisattva, o tom jsem se zmínil, ten kdo praktikuje cestu bódhisattvů dává důraz na pravdu konce utrpení, pravdu ustání, pravdu utišení. A pro něj pravda utišení, stejně tak jako pro žáka pravda strasti obsahuje všechny pravdy, pravda konce utrpení, pravda utišení obsahuje pro toho, kdo chce praktikovat cestu bódhisattvů, obsahuje všechny pravdy, všechny ostatní.

A protože pravda utišení strasti je nevysvětlitelná slovy, nirvána nebo takovost se nedá slovy vysvětlit, kdybychom slovy mohli vysvětlit, všichni by se snažili o nirvánu. Jenomže slovy se vyjádřit nedá, proto bytosti se snaží o všechno jiné, než o nirvánu. A tak, jak Abhidharmakóša

[401] Brahmadžálasútra: V théravádě první z 34 sutt v Dígha Nikája (Dlouhé Buddhovy řeči). Více viz Slovník

vysvětluje, v tom v čem vidí slast probuzená, přesně v tom probuzená bytost vidí strast. A čem vidí strast, v tom zase neprobuzená bytost vidí radost. To je rozdíl mezi probuzenou bytostí a neprobuzenou bytostí.

To neznamená, že - tady je paradox, se kterým si krásně hraje právě zenová tradice, jestli znáte trochu, japonskou, čínskou, korejskou literaturu, je toho plná – to je paradox, ten kdo vlastně pochopí slast osvobození, ten má přístup i k daleko hlubšímu prožití světských slastí. Ale na rozdíl od lidí světských, on na těchto slastech neulpívá. On je vidí jako něco, co mu nepatří. A právě proto jeho smysly se otevírají, protože nemají základ v já. To je rozdíl mezi pravdami, jak už jsem se zmínil, nedá se říci vznešené pravdy, jsou to pravdy vznešených osob. Vznešené osoby jsou ty osoby, které žijí smysly, jako všichni ostatní, ale jsou si stále vědomy toho, že ty smysly jim nepatří. Vidí je jako něco, co nezná žádné já. Právě proto si můžou paradoxně prožívat daleko hlubší smyslové počitky než ty osoby, které se se smysly identifikují.

A právě proto, začali jsem se základním vysvětlením čtyř vznešených pravda, teď na základě tohoto rozlišení Kumáradžíva dále vysvětluje, že máme též dva druhy čtyř pravd. To znamená pravda utrpení a pravda utrpení osob vznešených. Pravda utrpení osob vznešených a pravda utrpení osob, které nemají přímé poznání objektu osvobození se jeví jinak. Totéž, jestli čteme pozorně Visuddhimaggu. Vlastně Visuddhimagga tvrdí to samé a též vidíme tyto dva základní aspekty poznání čtyř vznešených pravd, tak jak je poznají osoby vznešené a tak jak je poznají osoby, které nemají bezprostřední poznání objektu osvobození.

A co se stane, když máme bezprostřední poznání objektu osvobození? Co se stane? Ať už praktikujeme jako žáci nebo praktikujme jako bódhisattvové, co se stane? Stane se to, že tento svět, který ro nás stojí na našem těle, na poznání těla, protože pět smyslů patří tělu, tento svět a těchto pět smyslů, které jsou základem vlastně skoro veškerého našeho myšlení v světské existenci. I arahati musí mysle na jídlo, musí myslet na spaní, musí myslet na odpočinek. To je život, nikdo se tomuto cyklu, když se jednou zrodil, nemůže vyhnout. Ale vidí ten proces, ten cyklus, který jsme my, nic jiného, vidí to jinak.

A teď se podívejme, jak text vysvětluje tyto rozdíly. Pro člověka neprobuzeného, ten si představuje, jestliže pochopil buddhismus, studoval buddhismus, abychom pochopili buddhismus, musíme nejdříve používat moudrost rozlišení, pak rozjímáme o tom, co jsme slyšeli, dnes více čteme, než slyšíme. Kolik už času strávíme tím, že rozjímáme o tom, co jsme slyšeli nebo četli v písmu? Ale ti, co vidí písmo jakožto prst, který ukazuje pravdu, tak budou se tím písmem i zabývat v mysli. A tím pádem získají jasný koncept toho, jestli to, co je psáno v písmu dává smysl nebo nedává smysl. A jestliže poznají, že to smysl dává, pak mají motivaci. Vše pozitivní i negativní, co děláme, začíná motivací. A jestliže máme správnou motivaci a vidíme jasně, že buddhistické učení má oprávnění v naší zkušenosti, tak vidíme co? Vidíme, že pravda strasti je pět agregátů ulpívání. To je všechno, co máme.

A jestliže jsme to dobře pochopili, máme pravdu, máme moudrost slyšení, máme moudrost rozjímání, můžeme meditovat – samádhi. Jestliže meditujeme v samádhi, co se děje? My vidíme, že cokoliv se hýbe je proces mysli, nic jiného. Vznikání je též proces mysli. A jestliže to

vidíme jasně, tak vlastně se od toho procesu mysli, které je založené na procesech těla, my se od toho oddálíme. A tím získáváme bezprostřední *ňána-dassana*[402] – bezprostřední poznání a vizi. Podle Jógáčárabhúmišástra bezprostřední poznání znamená poznání všeobecných vlastností naší zkušenosti. A *dassana* znamená přímá vize, že nepotřebujeme k tomu žádné vysvětlení, nepotřebujeme k tomu žádné rozlišování. Přímá vize toho, že tak je to a nemůže to být jinak, že opravdu tady žádné já, za tímto procesem změny těla a vědomí není. Ne intelektuální pochopení. Jestliže je to intelektuální pochopení, nebude spojené s tím, čemu se říká v buddhismu deziluze.

Nemáme iluzi o existenci jako takové. Proto, jestliže čteme pozorně Dhammapada, Dhammapada vysvětluje, kdo je arahat. Arahat je ten, který nemá iluzi, nemá naději. Na-ása, ása je naděje. Nemá naději, že v tomto procesu, co jsme, procesu těla, procesu vědomí, se dá něco chytit pro sebe. A to je to, čemu se říká *nibbédha*, *nirvédha*. A tato nirvédha, aby šla do hloubky, potřebuje, jak už jsme se zmínili – *samvéga,* musíme být přímo otřeseni strastí ulpívání na tomto procesu. První tu strast musíme pochopit, jestliže jich pochopíme, no pak můžeme získat v meditaci přímou vizi a přímé pochopení toho, že vlastně v tomto procesu, ve kterém jsme, se nedá nic chytit. A z toho je to uvolnění.

Jak poznáme realizovanou bytost. Realizovanou bytost poznáme tím, že žije ve stavu prašrabdhi. Prašrabdhi znamená opak, znamená též jemnost, opak jemnosti je hrubost. Neidentifikuje se stavem hrubosti. Stav hrubosti se nejlépe manifestuje na ulpívání na pěti smyslech. Stav jemnosti je stav neulpívání na pěti smyslech. To neznamená, že těch pět smyslů nemůžeme užívat, ale neulpíváme na nich. A proto právě ne jenom pochopení, ale přímá vize toho, že těch pět agregátů existence, které jsou objektem ulpívání je strast. Ne intelektuální pochopení, ale přímé poznání, přímá vize. Když má někdo tuto přímou vizi je vnitřně uvolněný. To neznamená, že se v něm neprojeví napětí. Napětí se projeví, ale nezůstává. To je rozdíl mezi osobou, která poznala objekt probuzení a osobou, která nepoznala objekt probuzení. Osoba, která bezprostředně poznala objekt osvobození, napětí se vyjeví, ale nezůstává. A z toho vyjevení napětí, on se může učit. Buď jako žák, že toto vyjevení napětí nepřijme anebo jako bódhisattva, že se tomuto vyjevení napětí nebrání a snaží se proniknout přímo do toho zdroje. Proto, jak už jsem se zmínil, pro cestu bódhisattvů hlavní pravda není pravda utrpení, ale hlavní pravda je pravda utišení. Pravdou utišení právě poznává všechny jiné pravdy. Proč? Protože i písmo žáků nakonec tvrdí, že pravda utišení je to skutečné. To, co je příčinou strasti, což je zašpinění naší mysli, to jsou vlastně hosté – *ágantuka*. Mysl sama, svou přirozeností není zašpiněná. Ale stává se zašpiněná právě na základě ulpívání na pěti agregátech existence, což jsme my, což je náš proces. Díky tomu jsme se narodili a s tím též zemřeme. Pokud nejsme arahati.

---

[402] ňána-dassana-visuddhi: ‚očištění poznáním a zřením', je posledním ze sedmi očištění a znamená poznání stezky (magga-ňána), tj. uskutečnění stezky vstupu do proudu, jednoho návratu, nenávratu či arahatství. Podrobné vysvětlení k tomu poskytuje Vism. XXII. - V A. IV, 41 znamená pojem ňána-dassana zjevně ‚božský zrak' (dibba-čakkhu), vytvořený soustředěním mysli na světlo.

A to je to přímé poznání a přímá vize. To je pochopení pravdy strasti. Ne jak ho vidí obyčejní lidé, ale jak ho vidí lidé, kteří mají bezprostřední poznání.

A teď jdeme dál. Máme podle stejného vzoru pravdu utrpení, tak jak ho můžeme pochopit na základě toho, co jsme slyšeli a o čem jsme rozjímali a pravdu důvodu utrpení tak, jak ji poznají osoby vznešené. Pravda důvodu utrpení, vzniku utrpení, text je zrození, to znamení pravda tanha, pravda žízně. Žízně po čem? Žízně po počitcích, protože žízní po počitcích my vytváříme karmu – a*bhisankhára*[403]. Protože ulpíváme na počitcích, ulpíváme na též na karma a nepronikáme pravdou toho, že karma sama je objektivní. Ale my jsme subjektivní. Karma sama je objektivní. My jsme subjektivní.

Čili, jak vysvětluje též Visuddhimagga, co znamená pravda vzniku strasti? Pravda vzniku strasti je, to se v páli dá do češtiny vysvětlit jako výskyt nebo uskutečnění. My chceme uskutečnit něco a uskutečnit něco na základě toho, že z toho budeme mít osobní zisk. V Dhammapada je krásný verš:

> Jiná je cesta za osobním ziskem, jiná je cesta do nirvány. Ten, kdo to podle pravdy pozná se stává skutečným žákem Buddhy.

Čili my to můžeme poznat, pokud nemáme přímou vizi, na základě čtení, slyšení, na základě rozjímání o to, co jsme slyšeli, co jsme četli. Ale v případě, že máme bezprostřední poznání, jak vidíme pravdu důvodu strasti? To znamená, že – jak už jsme se zmínil myslím minule – cesta očisty, cesta vysvobození je cesta odstraňování zašpinění mysli. Zašpinění vědomí. Cíl buddhistické cesty je čisté vědomí. Buddhistická cesta jiný cíl nemá. My, díky vědomí my jsme zašpinění, díky vědomí my se můžeme osvobodit. Jiná cesta není. Osvobození se od nečistot mysli je všechno. My nevidíme pravdu tak, jak je, protože se ji snažíme vidět nečistou myslí. Jedině čistá mysl může vidět pravdu tak, jak je.

A to, co je čistá mysl, to se nedá slovy vyjádřit. Právě proto v praxi bódhisattvů pravda je nevyjádřitelná. Protože není to pravda tak, jak ji vidí mysl nečistá, je to jenom pravda tak, jak ji vidí mysl čistá. Čili ten, kdo bezprostředně poznal důvod strasti, ten též poznal, co to je vykořenění nečistot z mysli. Proces očisty nakonec vede k vykořenění nečistot z mysli. Pro žáky – jestliže vstoupíme do proudu, který vede do nirvány, tak se zbavíme názoru *sakkája-ditthi*[404] – že tohle to tělo patří nám. Těch pět agregátů patří nám. Tento názor tam není. To je to nejdůležitější. To neznamená, že nemáme zašpinění vědomí. Ale to zašpinění vědomí nemá žádnou pevnou bázi. To je ten rozdíl. Právě pro toho, kdo poznal bezprostředně objekt osvobození, to neznamená, že nemá zašpinění, ale poznal, že to zašpinění, které má nemá žádnou pevnou bázi. Právě proto on žádné hlubší zašpinění mysli neprožívá. A právě proto na

[403] abhisankhára: znamená totéž, co karmické formace (sankhára), tj. druhý člen podmíněného vznikání (patiččasamuppáda).
[404] sakkája-ditthi: ‚osobnostní názory' (či ‚přesvědčení o existenci já'), představují první z deseti pout (samjódžana). Více viz Slovník

základě hlubšího zašpinění mysli, on není schopen dělat hluboké negativní karmické činy. Není toho schopen.

Ten, stejně tak jako džhána, tak i získání bezprostřední znalosti osob objektu osvobození je hluboká pozitivní karma. Stejně tak, jako když někoho zabijeme, je hluboká negativní karma – ze vzteku. A ta karma pak tvoří ty abhisankháry, o tom budeme mluvit. To jsou ty akumulace vůle, které nás tvoří. Naše tělo a naše mysl je tvořena těmito akumulacemi *abhisankhár*. Akumulace formami vůle, které nás tvoří. Ať už jsou pozitivní nebo negativní, jestliže jsou pozitivní, jsou na základě moudrosti. Jestliže jsou negativní, tak jsou na základě nevědomosti. To je ten rozdíl.

A nevědomost dříve nebo později, někdy to bývá velice pozdě, musí přinést strast. Ale to, že to nepřinese strast brzy, lidé si myslí, že to, co je negativní, může přinést radost. Ta radost je jenom povrchní prožitek, nemůže trvat. A radost z hluboké, pozitivní karmy je trvající. Čili proces odstranění, to je právě krásně vysvětleno ve Visuddhimagga, jsou vlastně tři úrovně procesu odstraňování nečistot ve vědomí, v mysli. Na základě síla, síla zde znamená disciplína, na základě disciplíny my nedopustíme tomu, čemu se říká parjavasthána, tzn. že budeme tělem a myslí se oddávat nenávisti, zlobě, chtíči, hlubokému chtíči atd., k tomu nedojde. Visuddhimagga tomu říká *tat anga pahána.* Jestliže praktikujeme *metta* a ještě nemáme osvobození, no tak naše zloba se minimalizuje. Jestliže praktikujeme *asubha*, tak náš chtíč se minimalizuje. Ale pouze se zmenšuje. *Tat anga pahána* – to znamená vlastně kultivace protikladů nemá sílu k tomu, aby vykořenila nebo úplně odstranila nečistoty. To znamená my se neoddáváme negativním činům a přesto pokračujeme v negativním myšlení. To je síla odstranění nečistot na základě disciplíny.

Jak už jsem se zmínil, teď stojí za to, to opakovat, pravda strasti musí být plně poznána. Pravda důvodu strasti musí být opuštěna. Na základě disciplíny my opouštíme její hrubé formy. Na základě samádhi my opouštíme jemné formy, tzn. v samádhi neexistuje (dá se říci) mentální strast. Samádhi a mentální strast nemůžou jít dohromady. Protože samádhi znamená balance vědomí. Balance mysli. V balancované mysli strast není. Strachy nejsou, úzkost není, deprese nemůže vyvstat. V samádhi je to nemožné. Tomu se říká opuštění nečistot na základě samádhi je opuštění, že vyklepeme je z vědomí. My je vyklepeme z vědomí, ale jenom po dobu samádhi. Žádné samádhi nemůže, pokud nemáme osvobození – pak je to nadsvětské samádhi, ale žádné světské samádhi, které má světský objekt, nemůže trvat věčnost. A po tom, co vyjdeme ze samádhi, ty nečistoty vědomí se objeví. A jelikož mysl je praxí džhány, praxí samádhi se stává senzitivnější, o to prudší pak ty výjevy nečistot mohou být. Ten, kdo praktikuje samádhi je senzitivní bytost. Ti, co nejsou senzitivní, se do samádhi nedostanou. Protože je senzitivní, proto ty stavy nečistot ho uvádějí do nežádoucích stavů daleko rychleji. Ale daleko rychleji se jich též může zbavit díky své senzitivitě.

A jestliže máme bezprostřední poznání cesty, to bezprostřední poznání cesty *vykořeňuje* – *uččhéda* - nečistoty z vědomí. Už se více neobjeví. Právě *sótápanna* vykořenil z vědomí nesprávný názor. Vykořenil z vědomí pocit, že tohle to tělo a mysl, která na něm ulpívá, patří

mně. A právě proto neulpívá na vnějších výjevech dharmy, na různých rituálech a příslibech dělat tohle nebo ono, protože se stává daleko flexibilnější. Přímé poznání objektu osvobození právě přináší tuto flexibilitu. To neznamená, že je laxní, že zanechává disciplínu, disciplína je bezprostřední, spontánní. Ten, kdo má bezprostřední poznání objektu osvobození, jeho disciplína se stává spontánní.

A tím, že pronikneme, ať už intelektuálně nebo přímo o to hlouběji pravdu vzniku strasti, tím pádem se stane co? Tím pádem víme, že názor, materialistický názor, názor *uččhédaváda*, nihilistický, zničení, smrti, všechno odchází, pro něj tento názor nedává žádný smysl. A samozřejmě tím pádem i nedává smysl názor na věčnost, protože automaticky též poznáním důvodu strasti poznává též konec strasti. To je pravda utišení, pravda buddhismu toho, co není složené. Všechno, co poznáme tělem a myslí, která na těle ulpívá, je složené. Ale pravda utišení je pravda nesloženého *asankhata*[405]. A to, co je nesložené, to se nedá rozlišující myslí pochopit. To je ten paradox. S tím paradoxem si krásně hraje jak buddhistické učení jak v jižní tradici, tak v severní tradici. Mahávibháša šástra má krásný verš, že dharma závisí na rozlišující mysli. Moudrost je moudrost správného rozlišení. Čili dharma má útočiště v správném rozlišení. A ptá má útočiště kde? V nebi, v prostoru, který žádné omezení nemá. A to je ta svoboda. My žijeme rozlišením, bez rozlišení nemůžeme žít, ale nacházíme útočiště v tom, co přechází ty hranice rozlišení, nedá se chytit.

A to je to poznání svobody. Moudrost závisí na rozlišení, ale pták nachází útočiště v nebi. A to je přesně podle Dhammapady též, a to též sutty jasně vysvětlují, proč se Buddha nedá pochopit, proč nemůžeme pochopit Buddhu. Protože všechna rozlišení, na kterých naše světská moudrost ulpívá, on všechna ta rozlišení, on překročil jejich hranice. Čili se nachází v prostoru, neohraničeném prostoru. A co jsou naše hranice? To je ulpívání na našich počitcích, nic jiného. A to ulpívání na našich počitcích, to je naše karma. A přímým poznáním pravdy důvodu strasti a konce strasti se to stává jasné. A jak text vysvětluje, pravda utišení, která, … neguje věčnost, pojem věčnosti, ať už si ho představujeme jakkoli, je negován pravdou utišení vznešených osob. Ne pravdou utišení logickým, rozlišujícím poznáním, ale pravdou utišení realizovaných osob. Ta automaticky pravda věčnosti je tím negována.

A proč? Podíváme se jak to text vysvětluje. Text vysvětluje, že pokud nemáme přímé poznání objektu osvobození, pak pro nás pravda konce strasti, pravda utišení je pravda utišení na základě odcházení. Utišení na základě odcházení. My odcházíme z těchto pout jáství a to je to utišení. Čili, jak už jsem se zmínil, pravda důvodu strasti je pravda uskutečnění, pravda výskytu uskutečnění tohoto těla a mysli, která je na to tělo vázaná a pravda konce utrpení je pravda utišení, které pochází z poznání odchodu od tohoto uskutečnění. Zde samozřejmě my mluvíme, jak už jsem se zmínil, z hlediska poznání žáků. Z hlediska poznání bódhisattvů ta pravda utišení obsahuje všechny ostatní pravdy. Stejně tak jako pro žáka pravda strasti obsahuje všechny ostatní pravdy.

---

[405] asankhata: ‚nezformovaná' (nesložená, nestvořená či nepodmíněná) je název pro nibbánu, která přesahuje vše, co vzniká a je podmíněné.

Pro osoby realizované je tedy pravda utišení je pravda odchodu. Je pravda utišení, které přichází právě tím odchodem, tím *niródha*. Niródha tzn. zastavení a zastavení je odchod. To zastavení, odchod, to je to utišení. Odchod od čeho? Od té obsese na základě jáství. Jáství je obsese, která přináší utrpení.

A tato pravda odchodu je – jsou čtyři *šramana phala*. *Šrótápanna*, *sakadágámí*, *anágámi* a *arhat*. To jsou ty čtyři druhy ovoce střední cesty. Jen střední cesta může přinést tyto čtyři druhy ovoce. A co je střední cesta? Tak jako pravda odchodu musí být realizována *saččhikaranija*[406], ta pravda důvodu odchodu musí být kultivována - *bhávetabba. Bhávana*. Rozdíl mezi osobou realizovanou a osobou nerealizovanou je, že osoba realizovaná poznává pravdu cesty pravdou bhávana. *Bhávana* doslova znamená (ze sanskrtského kořene bhú) – stávání se. Kultivace je stávat se, vyvstat. Tak jako pravda utišení je pravda odchodu, pravda cesty, pravda kultivace je pravda stávání se. Stávání se čím? Stávání se tím čistým vědomím. Tím čistým vědomím, které má útočiště ne v těle, ale v nebi. Ne v nebi, jako v něčem, co je někde jinde, ale v něčem, co není omezené, co není vytvořené, co není složené. A to, co není vytvořené, co není složené to je předpokladem cesty probuzení.

Podíváme se, jak to vysvětluje text. Cesta, která má být kultivována, je charakterizována *vimókša*[407] – osvobozením. A toto osvobození znamená osmičlenná střední cesta. A z hlediska pravdy cesty osob realizovaných, co to znamená? To znamená, že my praktikujeme cestu na základě stávání se. My se stáváme tou cestou. My se stáváme nirvánou. My se stáváme probuzeným čistým vědomím. Protože jedině na základě toho, co se nedá chytit, my můžeme vykořenit, ne jen oslabit nebo vyklepat z mysli nečistoty, my je můžeme vykořenit. Jedině můžeme vykořenit nečistoty z mysli na základě něčeho, co se nedá chytit. A to je pro toho, kdo má bezprostřední poznání objektu osvobození, pro toho je to pravda cesty vznešených osob. Pravda cesty vznešených osob je založena na bezprostředním stáváním se tím, co se nedá chytit. Jednou máme přímou zkušenost z toho, co se nedá chytit, pak se stáváme tím, co se nedá chytit. A tím, že se stáváme tím, co se nedá chytit, zábrany, které máme, v kterých jsme se narodili a s kterými zemřeme se stávají čím dál tím nereálnější. Jako sen.

A to je pravda cesty osob vznešených. Tohle to já je jako sen. Tento svět je jako sen. To neznamená, že my nežijeme opravdový život, reálný život. My žijeme život daleko reálnější, daleko opravdovější. Tím, že na tom životě přestáváme tolik lpět. A tím paradoxně též naše smysly se otvírají.

A teď je další vysvětlení vznešených pravd na základě, abychom poznali vipassanu obzvláště z hlediska praxe žáků, musíme poznat veškeré složky naší zkušenosti na základě všeobecných a specifických vlastností všech složek naší zkušenosti. Jedině tak si můžeme udělat jasno o tom, co jsme a co tento svět vlastně je. Tomu se říká ve Visuddhimagga *ňáta-pariňňa*[408]. Abychom

[406] Vhodné k uskutečnění.
[407] vimókša, vimokkha: osvobození od koloběhu znovuzrozování (sansára). Více viz Slovník
[408] ňáta-pariňňá: ‚úplné pochopení poznávaného‘, je jedním ze tří druhů úplného pochopení.

získali osvobození, potřebujeme, podle systému théraváda, podle Visuddhimagga, potřebujeme tři plná poznání.

Za prvé: ňáta-pariňňa – poznání objektu moudrosti, tak jak skutečně jsou. To je správné rozlišení z hlediska rozlišující pravdy. Ovšem rozlišující pravda není všechno. Kdyby rozlišující pravda byla všechno, tak se samsáry nikdy nedostane. Ale bez rozlišující pravdy též my nebudeme věřit ve skutečnost autentické realizace. Není to možné. Čili první musíme poznat objekty moudrosti. Objekty moudrosti jsou z hlediska praxe žáků vlastně též objekty té nejvyšší pravdy. To jsou *rúpa*, *čitta*, *čétasika* – to jsou ty objekty nejvyšší pravdy. Jestliže jsme je poznali, poznáme iluzornost představy skutečného jáství.

A tím pádem se dostáváme do poznání na základě *tírana*. *Tírana pariňňa* – *tírana* znamená správného proniknutí. Když poznáme objekty moudrosti, vidíme, že tyto objekty moudrosti, toto tělo a složky těla, tato mysl a složky mysli nejsou vlastně nic jiného, než proces nestálosti. A že ta nestálost je strast. To, co je strast nemůže patřit žádnému skutečnému já.

A to je *tírana-pariňňa* – poznání na základě správného hledání. A jestliže máme poznání na základě správného hledání, pak získáváme *pahána pariňňa* – poznání na základě odpoutání se. My se začínáme od těchto procesů těla a mysli odpoutávat. A tím jsme otevřeni pro přímou vizi a přímé poznání objektu osvobození.

A jak to jde dál, dozvíme se příště. Došli jsme sem a příští týden budeme pokračovat, už jsme přetáhli čas. Tak jestli nejsou žádné otázky, předáme zásluhy pro dobro všech bytostí.

(26. část)

Podle toho, co já si pamatuji, jsme naposledy skončili na stránce 41. A probírali jsme to, že čtyři pravdy vznešených mají aspekt pravdy vznešených z hlediska konceptuálního pochopení, což je vždycky, obzvláště v mahájánové tradici, což je vždycky relativní pravda. A z hlediska realizace. Což je z hlediska nejvyšší pravdy. Když někdo realizuje bezprostředně objekt probuzení ať si ho představuje jakkoliv, no tak tím se stává vlastně z hlediska buddhistického učení vznešeným – *arija*.

A podle toho máme též čtyři pravdy vznešených z hlediska konceptu a z hlediska realizace. Což je z hlediska konvenční pravdy a nejvyšší pravdy. Nejvyšší pravda musí být *bezprostřední*, protože nirvána nebo takovost není koncept, ale je vlastně realizace. Ale k té realizaci přece jenom člověk potřebuje mít jasno, potřebuje mít koncept. Ale ještě nikdo nikdy na základě konceptu k realizaci nedošel. Musí meditovat, protože realizace je samádhi. Vidění nirvány je samádhi. Nikdo nemůže vidět nirvánu bez samádhi. To vidění nirvány je ale nadsvětské samádhi. Nadsvětské samádhi se liší od světského samádhi tím, že nadsvětské samádhi meditující nemůže objekt uchopit. Nedá se uchopit, proto je to pravda nejvyšší. To je důležité poznat. To je též vlastně důležité vlastně pro všechny náboženství. To rozlišení mezi pravdou konvenční a pravdou nejvyšší je snad nejjasněji vysvětleno právě v buddhismu.

A teď docházíme k druhému rozdělení v textu, který je na základě toho, čemu se říká všeobecné vlastnosti – *samanja lakšana*[409]. Samanja – znamená všeobecný, široký, v širokém smyslu. Čili se týče totality reality nebo skoro totality reality. Z hlediska buddhismu, to je důležité pochopit to, co je prezentováno jako totalita reality – nestálost všech jevů, neuspokojení z nestálosti – ovšem není všeobecná vlastnost všech jevů. Protože nirvána je též jev. A nirvána není přechodná, takovost též není přechodná. Čili vlastně jediný jev, který je všeobecný, je nejáství. To je třeba pochopit. A to je velice důležité pro porozumění buddhismu. Jedině nejáství je všeobecný jev. Ale z hlediska pravdy konvenční i přechodnost všech jevů, nestálost všech jevů je též všeobecný jev, který se vztahuje ke všemu, co my smysly můžeme chápat, šesti smysly můžeme chápat nebo šesti smysly – lépe řečeno – můžeme uchopit.

A pak máme specifické vlastnosti – *višéša lakšana.* Tradiční vysvětlení v buddhismu, které je podobné v severním buddhismus, stejně tak jako v jižním buddhismu – to, co je skutečná specifická vlastnost, to se nedá rozbít. Abhidharmakóša vysvětluje – nedá se rozbít ani fyzicky a nedá se rozbít ani logicky. Tak jako například, že počitek je přijetí objektu, jako příjemný, nepříjemný a ani příjemný ani nepříjemný, to se nedá rozbít. To je fakt, který není závislý na situaci, ale v jakékoli situaci stále existuje. A to je specifická vlastnost počitků. Stejně tak jako specifická vlastnost vnímání je, že mysl uchopí obraz objektu. Ať vnímáme cokoli, tak bez uchopení obrazu žádné vnímání nebude. A to je specifická vlastnost.

A společná vlastnost je právě nestálost. Jakmile něco uchopíme, uchopíme to jedině v procesu nestálosti. A zde máme zvláštní použití tohoto rozdělení mezi všeobecným a specifickým a je

[409] Samanja = obecný, lakšana = charakteristika.

důležité hlavně z hlediska vipassany. Zde se též vztahuje k vipassaně. Ti z vás, kteří studovali vipassanu ví, že jak v jižní tradici, tak v severní tradici máme vlastně dva základní druhy vipassany. *Kalápa* vipassana[410] a *anupada* vipassana[411]. Anupada vipassana je v cejlonské tradici – v indické tradici se tomu říká *njája vipassana*, ale jedná se o to samé. Kalápa vipassana – kalápa znamená trs. Kalápa znamená, že si náš materiál, posledně jsem zmínil, abychom v učení žáků dosáhli stav probuzení, musíme projít třemi základními procesy.

První proces je plné poznání objektů moudrosti. Co je objekt moudrosti? To je ten objekt, který vlastně je nad vnímáním jáství, přesahuje vnímání jáství. Jako agregáty vnitřní sféry poznání, vnější sféry poznání, elementy poznání, závislé vznikání. Mluvíme o čtyřech vznešených pravdách nebo pravdách vznešených, jak jsem vysvětlil. Všechno toto jsou objekty moudrosti. Člověk, který nemá moudrost, tak poznává svět jedině přes já. Já to vidím takhle, mně se to líbí, mně se to nelíbí, tohle to chci, tohle to nechci. A tím pádem vlastně nemá z hlediska buddhismus žádné spásné prostředky na to, aby prokoukl skutečný stav věcí. Prokouknutí skutečného stavu věcí je samozřejmě obsah probuzení.

My se nacházíme ve stavu neprobuzení, protože jsme neprokoukli skutečný stav věcí. I když jsme pokročili ve vipassaně, pokročili jsme v praxi a máme bezprostřední objekt probuzení, stále ty zvyky vidět svět přes brýle jáství, ty zvyky pokračují. Ale ty zvyky už ztrácí pomalu sílu. Tím, že ztrácí sílu člověk žije vlastně ve větší pohodě, to znamená, že ta zašpinění mysli sice přichází, ale netrvají dlouhou dobu. Protože mysl je v procesu odpojení od jáství. V tradici žáků toto odpojení od jáství se děje, minule jsem se zmínil – *tírana pariňňa*. To znamená plné pochopení naší zkušenosti v rámci procesu nestálosti. Všechno, co vnímáme šesti smysly, jsou jenom procesy nestálosti.

A tím, že meditujeme na procesy nestálosti – sedm vipassan, jak je vysvětlen ve Visuddhimagga, všechny procesy nestálosti jsou první nestálé, pak jsou neuspokojující – *dukkha*, to, co je neuspokojující, nemůže být já, co není já, to nemůže být čisté, čisté v tom smyslu stálé. To je v jižním buddhismu.

V severním buddhismu je to trochu jinak. To, co je neuspokojivé, to je prázdné, prázdné od já. A to, co je prázdné od já, to nemá já. To, co nemá já, z toho se člověk *nibbidá*[412] – to přijde v textu, *nirvédha*, to je vlastně rozčarování. Rozčarování je, jak též vysvětleno v našem textu, rozčarování je základ proces probuzování. Jestliže nejsme rozčarováni se stavem nečisté mysli, v buddhismu nečistá mysl znamená mysl založená na ulpívání, na jáství. No a z rozčarování pak přichází co? Přichází *virága*[413]. Buddhismus vysvětluje *virága*, že je ta nejvyšší dharma. *Virága* znamená, že nemáme *rágu*[414]. Vi – tady je re-privativní prefix. Není rága, není chtíč. To, že

[410] Kalápa vipassana: Vhled, který pozoruje všechny jevy jako celek.
[411] Viz heslo vipassana ve Slovníku
[412] nibbidánupassaná-ňána: ‚poznání zhnusení', je jedním z osmnácti hlavních druhů vhledu – vipassaná.
[413] Virága: potlačení všech citových hnutí, třetí stupeň meditace (dhjána, džhána). (V. Miltner – Malá encyklopedie buddhismu)
[414] Rága: vášeň, rozkoš.

jsme rozčarovaní, nemáme chtíč uchopit to, co nám naše smysly zprostředkovávají. Uchopit v tom smyslu, že je to moje, patří mně a já se toho chci zmocnit.

No a z toho, z této *virága*, proč je *virága* ta nejvyšší dharma? Protože z *virága* přichází *pahána*. *Pahána* znamená *niródha*. Jáství mizí, opuštění. *Pahána* znamená doslova opuštění. My opouštíme, my jsme v procesu opuštění jáství. Ale aby člověk se skutečně dostal do procesu opuštění jáství, musí mít, striktně řečeno, bezprostřední zkušenost opaku jáství, což je nejáství. Buddhismus není nic jiného než filosofie nejáství. Jak jsem vysvětlil, nejáství je jediná dharma, která je společná všemu. Tomu, co je nadsvětské i tomu, co je světské. To je specifika buddhismu, kterou třeba pochopit, jinak ačkoli studujeme buddhismus, praxe nemůže jít do hloubky.

Čili teď máme rozdělení čtyřech pravd na tomto základě, všeobecných vlastností, které se dají shrnout do skupin a specifických vlastností. *Anuppáda vipassana* na rozdíl od *kalápa vipassana* je, že kalápa vipassana stačí k probuzení, že si naši zkušenost ve světě rozdělíme na pět agregátů, na pět sfér vnitřního poznání, vnějšího poznání atd. Úplně stačí k tomu, aby člověk pronikl princip nejáství. Ovšem z hlediska Abhidharmy, Abhidharma tvrdí, že pokud nepoznáme v detailu vlastně nemůžeme správně vysvětlit buddhismus jako nemůžeme správně vysvětlit zákon závislého vznikání, což buddhismus je. Což je ve všech tradicích obsah toho, co Buddha pod stromem probuzení bezprostředně zažil – samádhi.

No a tedy specifické vlastnosti je, že si rozdělíme ty skupiny na jednotlivosti. Foremnosti máme, každá tradice má jiný přístup. V théravádové tradici 28 dharm, které se dají rozdělit jako foremnost. V mysli máme též podle tradice různé faktory mysli, ty faktory mysli tvoří obsah mysli. Obsah jaké mysli? Mysli, která chytá objekty, samozřejmě. Ať už je to podle tradice, každý faktor vědomí, který, ať už čistého vědomí nebo nečistého vědomí nebo neutrálního vědomí – jakýkoli faktor vědomí třeba v detailu umět najít v mysli a analyzovat podle jeho specifických vlastností a podle jeho všeobecných vlastností – nestálost. Z hlediska Abhidharmy, jestliže nepraktikujeme tímto způsobem, tak pan ani nemůžeme vysvětlit závislé vznikání, že formace vůle jsou podmínkou ke vzniku vědomí. Jaké formace vůle, jakého vědomí, nejsme schopni vysvětlit, pokud do detailu neanalyzujeme faktory mysli, která nás z minulého života přenesla do toho života a v tomto životě my jsme formulováni, naše *bhavanga*[415] - což znamená základní vědomí, doslova důvod existence – to základní vědomí je důvod naší existence, s tím jsme narodili a s tím zase zemřeme. To je to první vědomí a poslední vědomí. A to vědomí se může změnit podle těch sanskár v minulém životě, které jsme nahromadili. Hromadění samskár, hromadění faktorů vůle není nic jiného než karma. My vytváříme karmu tím, že hromadíme faktory vůle. Kde je hromadíme? Samozřejmě ve vědomí. A to vědomí nás pak řídí.

[415] bhavanga (bhava-anga): základ nebo podmínka (kárana) existence (bhava. Alternativně lze použít výraz "životní kontinuum". Více viz Slovník

Člověk moudrý, tím, že medituje, si začíná být vědom toho, že je řízen. A člověk, který není vědomý, ten je řízen, ale není si toho vědom. Čili v zoufalství se snaží interpretovat celý svět jenom na základě jeho libosti a nelibosti. Jiné měřítko nezná.

A teď k textu samotnému. Pravda strasti z hlediska společných vlastností je pět agregátů ulpívání. Pět agregátů ulpívání, to je samsára. Protože ulpíváme na existenci, což je pět agregátů, my se nacházíme v samsárickém stavu. A to je společné, to je společné všem. A pravda strasti z hlediska specifických vlastností, jednotlivých vlastností znamená analýza.

Analýza zde znamená co? Dhammavičaja nebo dharma pravičaja. Analýza dharmy. Podle buddhismu, Abhidharmakóša začíná tím, že vysvětluje dharma pravičaja. … Bez dharma pravičaja, bez analýzy dharmy – to je učení žáků, v učení bódhisattvů je to trochu jiné, v učení žáků bez analýzy dharmy neexistuje žádný spásný prostředek k tomu, abychom se zbavili nečistot vědomí. To je specifikace učení žáků. My se dostáváme k čistotě analýzou – vipassanou. Ovšem z hlediska učení bódhisattvů my můžeme tu vipassanu dělat z hlediska pravdy nejvyšší, proč ne. Protože v nirváně není ani žádný začátek, ani žádný konec. Proto můžeme začít od konce, abychom poznali začátek. Anebo můžeme začít od začátku, abychom poznali konec. A tyto dva přístupy se mohou doplnit. A musí se doplňovat. Měli by se doplnit.

A to ideální doplnění těchto dvou přístupů nacházíme právě v jógáčára tradici. Na které též stojí celé tantrické učení. Čili analýza těchto pěti agregátů existence, které nás tvoří a na kterých ulpíváme, protože je identifikujeme s jástvím. A jáství třeba vždy zdůrazňovat, v indické filosofii znamená něco, co se nemění. To, co se mění, nemůže být já. To je základ vlastně indické filosofie. To je též částečně specifika indické filosofie, která je vlastní vlastně všem tradicím indické filosofie, kromě tradice materialistické, která se nikdy neujala.

A teď pravda důvodu strasti neboli *samudaja*. Ta má též aspekt všeobecný a aspekt specifický. A aspekt všeobecný všichni známe, to je védana – což znamená počitek, který vede ke zrození těl v budoucnosti. Za chvilku se budeme učit, v textu stojí, že máme tělo, proto máme strast. Každý, kdo má tělo, musí mít strast. Neexistuje někdo, kdo má tělo a nemá strast. Ani Buddha není výjimkou. Ale skutečný buddha není tělo, skutečný buddha je princip. A ten konvenční Buddha, který se narodil, ten má též strast. To je specifika, též třeba pochopit, jakékoli vázání na tělo je strast. To je stejné ve védánta, to je stejné v sánkhja, to je stejné v buddhismu, to je stejné v džinismu – jenom vysvětlení je jiné. Vázání na tělo, na to, co před našima očima stárne, vadne, vázání na to – vázání neznamená, že si to tělo nevšímáme, že o něj nepečujeme – i Buddha pečuje o tělo. Ale, že nemáme obsesi, že nevidíme svět skrz tělo.

A proč počitek? To je též velice důležité. Protože tím, že ulpíváme na počitcích, vytváříme karmu. Jaký je rozdíl mezi námi a arahatem nebo plně probuzeným buddhou bódhisattvou? To je důležité pochopit. Rozdíl je ten, že arahat, buddha má počitky, ale neulpívá na počitcích. Čili nevytváří karmu. Z hlediska učení bódhisattvů může vytvářet karmu, ale jedině pozitivní karmu. Protože buddha není nic jiného než akumulace všech pozitivních karm. Z hlediska arahata ovšem arahat též dělá dobré činy, to je zkreslený názor, že arahat nedělá dobré činy,

arahat dělá tisíce dobrých činů, ale nevytváří novou karmu, protože jeho rozčarování se světem došlo té míry, že v něm už není žádný chtíč.

To neznamená, že necítí příjemný počitek a hledá nepříjemný počitek. Ne, je odpojen od počitků. A to odpojení od počitků znamená odpojení od karmy. My jsme vázaní na karmu, protože jsme vázáni na počitky. A ten, kdo chápe počitek v buddhismu, ten chápe též samsáru. Protože samsára, jak už jsme říkal, není nic jiného než ulpívání na počitcích. A ulpívání na počitcích vede k dalším životům. Bódhisattva, na rozdíl od arahata, se dalších životů – nemá z nich strach, protože jeho účel je se stát mistrem, ne se zbavit procesu probuzení, ale procesu narození, ale stát se mistrem tohoto procesu. To je samozřejmě daleko těžší. Proto mnozí z nás se snaží nebo si myslí, že praktikují cestu bódhisattvů, ale ne vždycky mají tu správnou motivaci.

To jsme měli té společné vlastnosti pravdy důvodu strasti. Teď specifické vlastnosti. To je zase analýza, detailní analýza chtíče a všech ostatních kléša, všech ostatních nečistot vědomí, které vedou k přílivu a odlivu nečistot z vědomí a tím se stávají příčinou a důvodem příštích pěti agregátů existence. To je samozřejmě – Kumáradžíva mluví k žákům – srovnává učení na základě pochopení žáků. A pochopení žáků je nutné. Protože pochopení žáků je správné pochopení. Ale správné pochopení ovšem jen intelektuální. To neznamená ještě správné pochopení z hlediska nejvyšší pravdy.

Pravda, *niródha*, pravda ustání, ustání strasti z hlediska všeobecných vlastností je, samozřejmě tak, jak to písmo vysvětluje, je konec žízně, konec chtíče. A konec chtíče je utišení, nic jiného utišení není. Nakonec jaké chtíče, chtíče, která vede k znovuzrození. Samozřejmě to je učení žáků. Pravda utišení z hlediska specifických vlastností je detailní analýza všech 89 druhů nečistot vědomí. To je severní tradice. Můžete si nalistovat Abhidharmakóša, tam je to vysvětleno, teď se s tím nebudeme zabývat. Různé druhy zašpinění, deset *samjódžana* se projevují v různých sférách poznání a v různých pravdách a v různých pravdách též odstraňujeme různé druhy zašpinění vědomí. A dohromady dostaneme 89.

A teď pravda cesty k utišení, z hlediska všeobecných vlastností je samozřejmě osmičlenná cesta osob vznešených. Ta cesta sama, cesta nemůže být vznešená, vznešenost patří osobám. A z hlediska specifických vlastností je zase detailní analýza nadsvětské cesty – *lókuttara márga*, z hlediska lókuttara márga, tedy nadsvětská cesta. jestliže budeme mít přímou zkušenost objektu vysvobození, z hlediska Abhidharmy my tuto přímou zkušenost objektu probuzení získáme v 16 momentech, 16 kšana. V théravádové tradici máme trochu jiné vysvětlení. Přímé poznání objektu probuzení je samozřejmě proces vědomí. Stejně, protože to je samádhi, abychom změnili jednu formu vědomí, jednu formu samádhi a šli do jiné formy vědomí, jiné formy samádhi, musíme projít jistým mentálním procesem.

To je jasně vysvětlení též v théravádě, též z hlediska severní tradice, vlastně ten proces bezprostředního poznání objektu probuzení, kterým pro žáky jsou čtyři pravdy vznešených se děje pro každou pravdu ve čtyřech momentech. První moment je moment přijetí, *kšánti*. Kšánti můžeme vysvětlit jako přijetí, můžeme vysvětlit jako tolerance, můžeme vysvětlit

různými způsoby, že jsme schopni se tomu otevřít. A ten moment kšánti to je moment *ánantárija márga*, to je moment, kdy meditující odřeže nečistoty ve vědomí. Pak přichází vimókša márga, tzn. cesta osvobození. Cesta osvobození je bezprostřední poznání, že jsme smysly vykořenili dané nečistoty. A ze začátku ve sféře objektů, které jsou diktovány pěti smysly, pak ve sféře jemných forem a ve sféře bezforemnosti. Též moment přijetí, což je odřezání nečistot a moment poznání odříznutí tech nečistot z mysli.

Čili máme poznání ve světě daným poznáním pěti smyslů a pak máme poznání tzv. na základě světského samádhi. Ať už objektem jsou jemné formy nebo bezforemnost. A toto poznání je vlastně dedukce. Meditující chápe, když je to takto ve světě, ve kterém se nacházíme, ve světě, ve kterém vnímání je definováno pěti smysly, tak to musí být tak i ve světě kde vnímání je vyšší, v božském světě. Ve všech světech čtyři vznešené pravdy platí. A tak máme čtyři vznešené pravdy, máme čtyři momenty poznání každé vznešené pravdy, v 16 momentech vlastně meditující realizuje čtyři pravdy vznešených.

V severní tradici je to jiné, v jižní tradici je to též jiné. V jižní tradici občas lidé nestudují severní tradici, tak si myslí, v jižní tradici je zdůrazňováno, že poznání objektu osvobozená se děje v jednom momentě. Ale v severní tradici máme poznání na základě vlastností a máme poznání na základě nejvyšší pravdy. Poznání na základě vlastností je vlastně, dá se říci, druhotné poznání. To prvotní poznání na základě přímé vize, jak už jsme řekli – daršana, to je též v jednom momentě. Ale v momentě, kdy začneme na to myslet, což je vlastně konvenční pravda, tak to vysvětlíme v těchto 16 aspektech. V 16 pohybech mysli, která zpracuje vlastně to, co vidí bezprostředně. Přístup je trochu jiný a princip je stejný. Nemůžeme změnit úroveň poznání okamžitě. Musíme se na tento proces připravit.

A teď jdeme dál. Teď je to, o čem jsem se už zmínil, že bez pochopení čtyř pravd vznešených vlastně my zůstáváme vázaní na samsárický stav, stav neuspokojení, stav touhy, stav nenaplnění. A proto aby se meditující naladil na čtyři pravdy vznešených nebo na takovost, čtyři pravdy vznešených je též takovost, musí jasně pochopit, že veškeré kléši, veškeré poskvrnění vědomí je na základě toho, že máme tělo a lpíme na něm. To je podobné jako védánta, jako sánkhja. Třeba pochopit stav mysli, která nelpí na těle. Mysl, která lpí na tělo, je základ všech strastí. Proto Buddha vysvětluje v Bálapandita sutta například, že veškeré strachy, veškeré strasti, veškeré deprese, veškeré frustrace nepatří panditům, nepatří osobám moudrým, ale patří bála, patří hlupákům. Proč patří hlupákům? Kdo je hlupák? Tady čteme, hlupák je ten, který ulpívá na svém těle a vidí v něm jáství, vidí v něm princip jáství. Vidí v něm něco, co trvá a co může přinést plné uspokojení.

A Kumáradžíva vysvětluje. Tak jako veškerá vegetace závisí na zemi, právě tak všechny bytosti ve všech směrech závisí, mají strast, závisí na strasti, protože ulpívají na těle. Protože mají tělo. Tak jsou závislé na strasti. A aby to meditující viděl, Kumáradžíva je samozřejmě básník, všichni vlastně realizované bytosti jsou básníci, v Indii se realizovaným asketům též říká básník, kavi, protože mluví v obrazech, bezprostřední znalost nejvyššího se nedá obyčejnými slovy vysvětlit, musí ilustrovat obrazy. To je stejné v křesťanství, ve všech náboženstvích. A to ulpívání na těle,

to je stejné jako jídlo, jedovaté jídlo. Ať už chutná dobře nebo chutná špatně, ať už nám dává příjemný počitek nebo nám dává nepříjemný počitek, je to jed! Stejně tak ulpívání na těle, ať už dává příjemný počitek, nebo vám dává nepříjemný počitek, vlastně nás vede ke strasti. Ulpívání na těle, kdy my si představujeme, že to tělo je naše jáství, naše já, že nám patří, a že my můžeme s ním nakládat podle své vůle. A jestliže neulpíváme na těle, tak pak stejně jako když nejsou stromy, tak bouře nemá, co převracet. I když vyvstanou různé nepříjemné situace, tak se nás nedotknou.

A na základě těla, ulpívání na těle my pak ulpíváme též na mysli, která závisí na těle. A to je komplex. Pokud ulpíváním na těle je základ toho komplexu, kterému se říká náma-rúpa, který je základ našeho utrpení. Tím, že ulpíváme na těle, ulpíváme na mysli, která je na tělo vázaná. A jelikož ulpíváme na mysli, která je na tělo vázaná, my jsme chyceni v tesácích Jámy, ve věčném kole zrození a smrti. Právě proto, abychom to pochopili, buddhismus učí: Všechno, co pociťujeme, ať už je to příjemné, ať už je to nepříjemné, ať už je to ani příjemné ani nepříjemné – pokud jsme vázáni na tělo, pokud ulpíváme na těle, jako na našem jáství, musí to být za každé situace strastné. že to nevidíme teď, to neznamená, že to strastné není. Protože to ulpívání na těle, obsese na těle, jako vlastním já, dříve nebo později musí vést ke stavu neuspokojenosti, což je stav strasti.

A co je tedy cesta? Cesta, kterou nám dává tento text, je cesta odpojování se od těla. Protože pokud je mysl vázaná na tělo, jakožto něco, co jsme my, co nám patří, čeho jsme páni, tak se nevyhneme nikdy negativním – akušala, nečistým stavům vědomí. Jako jsou strachy, deprese, úzkosti atd. Všechny vlastně patologické stavy vědomí. Buddhismu tvrdí, že i většina fyzických strastí má své kořeny v mentálním. Mentální je základ pro většinu, ne všechny, to buddhismus nikdy netvrdil a netvrdí, jasně vysvětleno v sútrách, ale pro většinu našich fyzických potíží právě jejich kořen je v mysli samotné. Kde se ten kořen nachází? To může člověk též pochopit praxí vipassany. Ovšem to trvá.

A teď se dostáváme do vysvětlení tří časů. Naše samsárická existence se děje v čase. Teď čas, jestliže studujeme obzvláště učení bódhisattvů, mahájánu, Nágardžuna, druhá kapitola Múla pradžňá – Nágardžuna popírá existenci času. Čas je něco, co je vlastně vytvořeno myslí. Jakou myslí? Myslí, která ulpívá. Protože čas, minulý čas je minulý, budoucí čas ještě nepřišel a ten čas, který teď probíhá, ten nemůžeme uchopit mentálně jakýmkoliv způsobem bez reference k minulému a k budoucímu. Vlastně v théravádě máme podobný princip, ovšem vysvětlený jinak. Je princip toho, že jelikož – a to jsme se učili – jelikož objekt mysli, což je forma, vzniká a zaniká na stejném místě, ve stejném momentě, no tak vlastně se též nedá uchopit. To, co chápeme vlastně je odvozeno, ale ne přímo, nepřímá zkušenost.

A tím pádem buddhismus jasně vysvětluje, jak už jsem se asi zmínil, v Asuttava sutta[416] je vysvětlení, že obyčejná osoba není schopna a nikdy schopná nebude se rozčarovat myslí. Může se rozčarovat tělem, protože vidí, že stárne, vidí, že ztrácí na kráse, ztrácí na síle, může rozčarovat od pocitu, protože chápe, že když na těch pocitech tolik ulpívá, že s tím trpí. To

[416] SN 12.61. Online v anglickém překladu.

může všechno pochopit, ale od mysli samotné se nikdy nerozčaruje, pokud nebude praktikovat vipassanu. Rozčarování mysli, předpoklad k tomu, je právě vipassanové poznání.

Bez vipassanového poznání se myslí nerozčarujeme. A to rozčarování myslí je právě základ bezprostřední realizace. Ale jak už jsem vysvětlil, my se nikdy myslí nerozčarujeme, pokud se nejdříve nerozčarujeme tělem na počitky, které na těle ulpívají, na vnímání, na vůli a teprve potom můžeme, když se rozčarujeme vůlí, můžeme se rozčarovat myslí samotnou. Protože mysl se hýbe díky vůli. Formace vůle je to, co hýbe myslí, za pomoci prány, samozřejmě. Vždycky to jemné hýbe tím hrubším. Jenomže my si toho nejsme vědomi. Protože my nevidíme přímo, jak na základě těch informací z mozku hýbeme nervy, hýbeme svaly atd. A jak na základě prány se začne naše mysl hýbat, to nevidíme normálně. Ale my můžeme poznat to, jak hrubé hýbe jemným, ale poznat do hloubky, jak jemné hýbe hrubým, to je věda. To je jóga.

Čili text ukazuje jasně, že nirveda[417] - rozčarování je vlastně základ přibližování, 7 vipassan: Nestálost, strast nestálosti, prázdnota toho, co je ve strasti nestálosti, jelikož to, co je prázdné nám nepatří, proto nejáství a protože v tom není nic, co může uspokojit, v tom, co není já, tak rozčarování. A když rozčarování, tak viróga – odpojení se. Když opojení, tak opuštění lpění. Proces osvobozování je proces opuštění lpění, opuštění ulpívání. Buddha, ať už žák buddha nebo bódhisattva buddha, je buddha, protože opustil proces ulpívání. Tím pádem pro něho čas se stává něco, co ztrácí skutečnost.

A tím pádem vlastně získáváme nadhled. Nadhled na to, jak ty nečistoty, zašpinění vědomí, jak nás stále uvádí do stavu neuspokojení, stavu nenaplnění, stavu strasti.

A došli jsme k závěru. Vše, co je fabrikováno, co je vytvořeno, na základě vůle, která má svůj kořen v jáství, které má svůj kořen v ulpívání na těle, jako na něčem, co má já, co mi patří – to v minulosti vedlo ke stavu neuspokojení, teď vede ke stavu neuspokojení a v budoucnosti to též musí vést ke stavu neuspokojení. A tento stav neuspokojení, to je stav těch kléša. Kléša doslova znamená něco, co přizpůsobuje problémy – kliš, hněte. Tak jako těsto musíme uhníst, abychom upekli chleba, tak musíme uhníst ve vědomí ty nečistoty, abychom vytvářeli strasti. A ten, kdo to pochopí, vlastně získává vipassanový nadhled. Nadhled k čemu? Nadhled k tomu, že zákon příčiny a důsledku je momentální zákon. Zákon příčiny a důsledku se děje v každém momentu. Relativita a přechodnost všech jevů je absolutně to samé. A relativita přechodnost všech jevů je zákon příčiny a důvodu. Všechno, co má příčinu, vzniká, ale ve stejném okamžiku zaniká. Čili život a smrt je jeden proces, nedají se od sebe oddělit.

A to by pro dnešek stačilo, příliš mnoho informací vede k tělesnému a duševnímu čemu? Zácpě či průjmu. A tak to necháme zase na příští týden a pokusíme se skončit tu kapitolu o čtyřech pravdách vznešených. Pak už zbývají jenom nadpřirozené schopnosti, které musí mít základ v moudrosti. V buddhistické tradici, ať už jsme se stali mistry světských samádhi, pokud nemáme bezprostřední, hlubokou zkušenost ve vipassaně, nikdo nás nadpřirozené schopnosti

[417] Nirveda: "znechucení", které Buddha zakoušel podle Mahápradžňáramitášástry (7. kapitola): "Bódhisattva pak postupně dospěl a když uviděl starce, nemocného člověka, zakusil znechucení (nirveda) ke světským věcem. O půlnoci opustil svůj domov a šest let praktikoval askezi".

učit nebude, protože Buddha právě na základě nadpřirozených schopností plně pronikl zákon závislého vznikání.

Tak to by bylo všechno pro dnešek… Příště toto téma snad skončíme…A s tím jsme vlastně skončili s tou nejzávažnější částí textu. To ostatní není méně zajímavé, je to neskutečně zajímavé, protože stejně tak, jako Nágardžuna a Kumáradžíva je velký interpretátor Nágárdžuny v Číně. Nágardžuna též vysvětluje vlastně závislé vznikání, do toho patří též čtyři vznešené pravdy, na základě konvenční pravdy. Všechno ostatní pak na základě pravdy nejvyšší. Co je pravda nejvyšší? Že nic nemůžeme chytit. To je skutečný stav věcí. Vždycky to tak bylo, vždycky to tak je, vždycky to tak bude. A to, co můžeme chytit a co nám pomůže k tomu, abychom chytili to, co je nechytitelné, tak to chytíme na základě pravdy konvenční. A tím pádem vlastně je vysvětleno to, co je důležitý princip buddhismu ve všech tradicích, že dharma je jen vor, jehož účel je, aby nás převez na druhou stranu, pryč od strasti světské existence. A ten, kdo se na tu druhou stranu dostane, když bude nosit ten vor dál na hlavě, tak co dělá? Dělá nesmysly. Ovšem Buddha k tomu přidává … Dharma samotná musí být opuštěna. Ale předtím, abychom opustili dharmu, musíme opustit ne-dharmu. To je důležité. A to málo lidí chápe. My můžeme opustit dharmu jedině za předpokladu, že jsme schopni opustit ne-dharmu. Že jsme autentická bytost.

A pro dnešek to stačí, tak dáme, jako obvykle, předání zásluh. A každý půjde tam, kde má co hledat. 😊

(27. část)

A dneska máme za úkol ukončit tu kapitolu o čtyřech pravdách vznešených osob. A tím pádem zbydou jenom nadpřirozené síly, které probereme v září. Možná myslíte – nadpřirozené síly, od toho jsme ještě daleko, ale to jsou důležité kapitoly, protože tam Kumáradžíva vlastně vysvětluje z hlediska praxe bódhisattvů. A ty čtyři vznešené pravdy, jak jsme se zmínili, vysvětluje z hlediska praxe posluchačů. A krásně to slučuje dohromady, což je vlastně specifika té jeho doby, kdy ještě neexistovalo pevné rozdělení mezi tzv. mahájánou a tzv. hínajánou. Ukazuje to jasně, že vlastně ty rozpory mezi učením jsou výsledkem doby. V čínské tradici tehdy měla tendenci k synkretickému přístupu poznání buddhismu. A tento synkretický přístup plně vykrystalizoval v celek v učení Avatansaky[418], které je obzvlášť zajímavé. Jednou se tím též můžeme zabývat, které podává snad nejintegrálnější obraz veškerého buddhistického učení z hlediska právě jedné pravdy.

A jak už jsme se zmínili, učení *posluchačů* je založené na rozlišující moudrosti. A to je význam, původní význam slova *paňňa*, *pradžňa*. S písmem transcendentální moudrosti se právě obraz mění a rozlišující moudrost je považována za jako jistý předpoklad, ale realita je pouze jedna. A realita je pouze jedna z hlediska té pravdy nejvyšší. Ovšem to neznamená, že my rozlišující moudrost nepotřebujeme. Ale v písmu, které učí cestu bódhisattvů důraz je nato, že když poznáme pravdu nejvyšší, tím vlastně poznáme všechno. Nepotřebujeme pak analyticky rozebírat veškeré jevy, protože v té pravdě nejvyšší je obsaženo všechno. A pravda nejvyšší má aspekt pravdy relativní a pravdy nejvyšší. A pravda relativní a pravda nejvyšší když se stanou jeden celek, no tak to je vlastně nejvyšší probuzení.

Teď půjdeme trochu podle textu. Jestli si dobře pamatuji, skončili jsme s tím, že pokud máme toto tělo, tak se nemůžeme vyhnout utrpení. Tělo je základ strasti. Tím jsme skončili. Text říká, že tak jako všechny rostliny, stromy vychází ze země, buddhistické písmo, podle něj vysvětluje, že všechny bytosti, ve všech směrech se narodili, aby okusili strast, právě proto, že mají tělo. Jelikož mají tělo, mají i mysl, která je na tělo vázaná. Teď se nebudeme zabývat detaily učení Abhidharmy, jak to vysvětluje, jak je mysl na tělo vázaná. To je v jiných tradicích jinak vysvětleno. Ale pokud máme tělo, máme vědomí, které se vlastně orientuje na tělo. V théravádové tradici to jde tak daleko, že vlastně základ vědomí je v srdci samotném. Je to krev a v srdci samotném ta krev má speciální funkce, dle interpretů se to spojuje s nervovým systémem neb srdce je též centrum nervového systému. A tím pádem vlastně základ vědomí v théravádě má fyzické aspekty. V severní tradici je to trochu jiné, tam vědomí a tělo – je tendence je oddělit. Čili podle théravády, jestliže studujete Abhidharmu, tzv. existuje *vastu* – tzn. základ, základ vědomí je rúpa, která je v srdci. Tomu se říká *hadaja vatthu*. Ale to, čemu se říká jako okno vědomí, okno vědomí je *bhavanga*. Bhavanga je to, co vlastně vědomí, je

[418] Avatan(m)sakasútra -> Buddhávatansakasútra: Chochol buddhů, zkráceně jen Avatansaka, to je záležitost spíše jen tibetská a čínská. Je to soubor súter, z nichž různé sanskrtské zlomky jsou sice známy, ale v buddhistické literatuře nikdy netvořily celek tohoto názvu. Hlásá se tu, že lidský duch je vesmír sám a totožný s Buddhou, a tudíž z této danosti vyplývá, že Buddha, duch, bytosti a věci jsou jen jedna a táž realita. Tato sútra, jedna ze tří „tlustých súter“ (vaipuljasútra) ovlivnila hlavně čchan a zen. (Miltner: Malá encyklopedie buddhismu)

základ vědomí psychický, ale základ vědomí tělesný, je právě to základ v srdci. čili ať vysvětlíme jakkoli, tak když máme tělo, máme vědomí, které je na tělo vázané.

A tomuto komplexu těla a vědomí se říká v buddhismu náma-rúpa. Rúpa je to, doslova to, co se rozbíjí, z toho je též lóka, svět je též, stejně jako forma to, co je stále v procesu rozbíjení. A vědomí je to, co se k tomuto procesu skloňuje. Náma je od kořene namati, co znamená se skloňovat. Proto říkáme *Namó namá Buddho*, klaníme se před Buddhou. Stejně tak vědomí se klaní nebo ohýbá vůči objektu. A objekty je to, co je stále v procesu rozbíjení. Jestliže chceme pochopit buddhistický náhled na svět, to je velice důležitá věc, vidět jasně. Čili my ať si to přejeme nebo nepřejeme, když se narodíme, narodíme se v procesu rozbíjení a nic jiného, než proces rozbíjení vlastně nepoznáváme. Pokud naše vědomí je vázané na samsárické bytí. Samsárické bytí doslova znamená - *sára* znamená rozpínat se. *Sam* je společně. My se rozpínáme společně s vědomím, které se ohýbá vůči objektům, které jsou v procesu rozbíjení. A to je naše zkušenost ve světě.

A pokud máme tento komplex nemůžeme ujít strasti. A tato strast se vyjevuje jak? Tato strast se vyjevuje tím, že naše pocity se stále mění. To, co je nám příjemné, se stane nepříjemné, to, co je nepříjemné, se stane příjemné. A jak se dostat z tohoto stavu? Odpojením se právě od počitků. O tom jsme mluvili. Proto Buddha, i v základním písmu máme… - Vše, co cítíme je vlastně strast. Protože cítěním právě chápeme tu vázanost vědomí na tělo. A jelikož ulpíváme na počitcích, ulpíváme též na komplexu objektu a subjektu. A pokud ulpíváme na komplexu subjektu a objektu, nemůžeme se zbavit utrpení. Proto text vysvětluje, že pokud máme tento komplex náma-rúpa, tělo a vědomí, které se sklání doslova k procesu rozvíjení, budeme nás proces poznání, ať si toho jsme vědomi nebo si to nejsme vědomí, bude stále poznamenán strastí. Protože strast je stav neúplnosti v buddhismu. A neúplnost nemůže být jáství.

A co je výsledek tohoto poznání? Nejáství! Protože, co nás nemůže uspokojit, nemůže být naše vlastní já.

Takže my jsme od samého počátku, do samého konce, obětí procesu, který obsahuje strast, protože jsme vázaní na tělo. A jak se dostat z toho ven? Dostat se z toho ven nevázáním na tělo. A jak dosáhneme nevázání na tělo? Tím, že dosáhneme neuvázání na počitky. Proto ať se narodíme sebemoudřejší, ať získáme stav arahata nebo buddhy samotného, pokud máme tělo, nemůžeme se vyhnout spojení se strastí. Ale můžeme vyhnout spojení s mentální strastí. To je účel buddhistické praxe. Vyhnout se strasti těla není možné. I Buddha měl nepříjemné pocity. Ale vyhnout se mentální strasti je možné. Bálapandita sutta například vysvětluje, že veškeré strasti, veškeré strachy, veškeré deprese, veškeré nejistoty patří hlupákům. Ale pandita – muž moudrý, to vše nezná. Proč to všechno nezná? Protože neulpívá na těle. Jestliže chceme pochopit indickou filosofii, vlastně i učení sánkhja, védánta, vysvětluje stejnou věc, nestálost náma-rúpa, ale na jiných principech, na principu jáství. Zde vysvětlujeme stejnou věc na principu nejáství. Jestliže přijmeme princip jáství, jako něco, co je nad tímto procesem strasti, který je spojen s tělem, s ulpíváním na tělo, tak vlastně máme objekt, na který lze ulpívat. Ale nejáství – nemáme žádný objekt, na který je možno ulpívat. A to je vlastně ta

plnost, když nemáme žádný objekt, na kterém můžeme ulpívat, jsme ve stavu plnosti. Jestliže chceme pochopit zen, jestliže chceme pochopit tantru, jestliže chceme pochopit mahájánový přístup k praxi, to je velice důležité vidět jasně.

Proto, jak už jsem se zmínil, proces vipašjany, stejně vysvětleno ve Visuddhimagga, stejně vysvětleno v písmu severního buddhismu, my vstoupíme do procesu vipassany tím, že se odpojíme od ulpívání na tělo. Tím se začíná. Proč? Můžeme se hned odpojit na ulpívání na mysl, protože mysl vždy byla a vždy bude základ naší představy o existenci já. Ale tělo ne, protože tělo vidíme, jak chřadne, jak tělo přestává fungovat. Tím, že chřadne, poznáváme též, že i ta část vědomí, která je vázaná na tělo, přestává též, její funkce se stále omezují, naše smysly též, když naše tělo chřadne, naše smysly též ztrácí jasnost. A tím vím, že se blížíme konci.

A to je právě vipassana. Vipassana vždy začíná poznáním nepříjemnosti naší *posese*, naší *apropriace*, našeho přivlastňování těla. My trpíme tím, že si přivlastňujeme tělo. To neznamená, že tělo není součást naší zkušenosti. Ale tím, že si přivlastňujeme tělo, si přivlastňujeme i mysl, počitky, které jsou na tělo vázané a vnímání, které je na tělo vázané. A tím si přivlastňujeme též naše rozlišování. A moudrost z hlediska buddhismu je právě moudrost správného rozlišování. My se nacházíme v samsárickém stavu, protože nemáme správné rozlišování. Vysvobození žáků je právě na základě správného rozlišování. Bódhisattva poznává správné rozlišování, učí se o správném rozlišování, ale nevede k odmítání samsárického stavu, vede k tomu, aby poznal samsárický stav jako něco, co se od stavu nirvánského nedá odlišit. Je neodlišitelné. To je probuzení. Probuzení je poznání, že stav relativní, tzn. stav vědomí vázaný na tělo a stav absolutní pravdy, která na tělo vázaná není, je jedna pravda.

Dvě pravdy neexistují. Ovšem neexistují z hlediska pravdy nejvyšší. A my můžeme studovat buddhismus z hlediska pravdy relativní i též z hlediska pravdy nejvyšší. Obě pravdy získají kompletnost jedině, když je budeme chápat jako jeden celek.

A co je vipassany tedy? Poznání – stejně v théravádové tradici, poznáváme nestálost, poznáváme neuspokojení ve stavu nestálosti, poznáváme v severním buddhismu – nejáství, které patří k strasti z nestálosti a toto nejáství je prázdnota. Prázdnota čeho? Prázdnota toho, co nám patří. To, co nám patří je prázdné, protože to je strastné. A to, co je strastné, nemůže být plné. To, co není plné, to je prázdné. Prázdné čeho? Prázdné vlastního já. A to, co je prázdné vlastního já, žádné jáství nemá. A to, co žádné jáství nemá, od toho se musí člověk vzdálit. A to je nibbida[419]. Základ vipassany je stav nibbida. Nirvédha. Což je odpojení. Tím, že se odpojuji, se vzdaluji. Tím, že se vzdaluji, získávám virága. Vi je deprivativní a rága je chtíč. Oddaluji se, a proto nemám chtíč. Jelikož nemám chtíč, tak můžu opustit. Můžu opustit tu

[419] nibbida: rozčarování, odpor, znechucení, únava. Obratné odvrácení mysli od podmíněného samsárického světa k nepodmíněnému, transcendentnímu - nibbáně.

mysl, která se sklání k objektům aby je uchopila jako něco, co mně patří. Něco, co je se mnou spojené.

A to vede k čemu? To vede k niródha, tzn. utišení strasti. Co je niródha? Utišení strasti. Utišení strasti je utišení vázanosti na tělo. Jelikož nejsme vázáni na tělo, nejsme vázáni na počitky, jelikož nejsme vázáni na počitky, nejsme vázaní na vnímání, jelikož nejsme vázáni na vnímání, nejsme vázáni na vůli, jelikož nejsme vázání na vůli, nejsme vázání na rozlišující vědomí. Když nejsme vázání na rozlišující vědomí, nacházíme v tom, v čem žijeme stav probuzení. To neznamená, že nemáme rozlišující vědomí. Kdybychom neměli rozlišující vědomí, nemůžeme žít. Ale naše vázanost na rozlišující vědomí končím tím, že nejsme vázání na naše počitky. Jelikož nejsme vázání na naše počitky, jho mezi procesem rozbíjení a procesem té mysli, která se k tomuto procesu rozbíjení sklání, to jho mezi nimi je přetrženo.

A to je *7 vipassan*. Tak je vysvětluje théravádová tradice. Sedm vipassan můžeme dále rozšířit na 18 vipassan atd., ale těch sedm, ty jsou základní. A to všechno je založené na správném rozlišování. To správné rozlišování má základ v praxi čtyř základů pozornosti, vědomé pozornosti. Proto tyto čtyři základy vědomé pozornosti jsou *ékajána* – jediná cesta.

Poznání čtyř vznešených pravd je též vysvětlováno jako zdokonalení se v praxi čtyř základů bdělé pozornosti. Jestliže čteme Abhidharma kóša, proces *abhisamaja*, je proces vysvětlen na základě, pouze na základě hluboké praxe čtyř základů bdělé pozornosti. Vše ostatní, jestliže tato praxe jde do hloubky, přichází v rámci této praxe samotné. Čili poznání čtyř vznešených pravd je hluboké poznání, alespoň tak je to prezentováno v Abhidharma kóša, hluboké poznání čtyř základů bdělé pozornosti.

A čtyři základy bdělé pozornosti též jsou založené na bdělé pozornosti vůči tělu. Na základě bdělé pozornosti vůči tělu získáme bdělou pozornost vůči počitku. Na základě počitků pak rozdělujeme. Protože my rozdělujeme. Samsárická mysl je jaká mysl? My rozdělujeme na základě toho, co je nám příjemné a co je nám nepříjemné. To, co je nám příjemné, to chceme, to, co je nám nepříjemné, to nechceme. A celý svět rozlišujeme tímto způsobem. Osobou, okamžitě rozlišujeme podle toho, jestli příjemná nebo nepříjemná, věci též. Jenomže to všechno je absolutně subjektivní proces. Samsára je subjektivní proces. Nedá se zobjektivizovat, protože nestálost je jenom část reality. Kdyby nestálost byla celá realita, tak nikdo by nikdy k probuzení nedošel. Právě protože nestálost a strast nestálosti je jenom část reality, my můžeme získat probuzení. Ale jedině právě na základě správného poznání. To správné poznání, z hlediska buddhismus, jedině získáme praxí čtyř základů pozornosti. Na základě bdělé pozornosti vůči tělu, poznáme počitky na základě počitků, poznáme vědomí na základě – Jaké vědomí? Samsárické vědomí poznáme na základě počitků, ne vysvobozené vědomí. No a na základě vědomí, samsárického vědomí, poznáme všechny dharmy. A jak už jsem se zmínil a Kumáradžíva to krásně vysvětluje, musíme v buddhistické filosofii můžeme se osvobodit jedině tehdy, když poznáme všechno. Když nepoznáme všechno není možné se vysvobodit.

A jak můžeme poznat všechno? Tím, že poznáme, jak fungujeme. A jak fungujeme? Na základě vědomí, na základě mysli. Všechno je obsažené mysli. Ale v jaké mysli? V mysli, která právě poznala věci tak, jak jsou. Ne subjektivně, ale objektivně.

Takže strast není realita, ale strast musí být poznána, abychom získali *nibbida*, abychom získali odpojení. Jestliže nepoznáme strast, nikdy se neodpojíme. ale strast je pouze část reality. Nemůžeme být vysvětlena jako realita celá. Kdyby strast byla realita celá, osvobození není možné. A proto text též vysvětluje, že neexistuje z hlediska žáků, která je založená na správném rozlišování, neexistuje narození bez *kléša*, bez nečistot vědomí. Které jsou založené na čem? Které jsou založené na chtíči, na chtění. Takže vše v našem poznání, samsárickém poznání, vlastně pochází z chtíče a chtíč přináší veškeré ostatní nečistoty. Proto vše, co je fabrikováno, to je samsára, to je složeno dohromady – je složeno na základě přání. Jaké přání? Chytit počitek. My si přejeme chytit počitek, ale počitek nám uletí. Ale uletí a zase si přejeme další počitek, zase uletí, zase si přejeme další počitek, zase uletí. No a tento proces tam bude stále, pokud se nezbavíme chtíče vůči počitkům.

A na základě těchto přání my vlastně tvoříme svět. Protože proč tvoříme svět? Tvoříme svět karmou. Mnohorodost světa je mnohorodost karmy. A karma je co? Je *abhisankhára*. Abhisankhára znamená dělat něco na základě přání – *čhanda.* Čhanda – přání může vést k osvobození, může vést ke zničení nečistot, ale též vést k nekonečnému zvětšování nečistot vědomí. Záleží na tom, jak to přání použijeme. A když přání použijeme k pozitivnímu, tak našich nečistot bude málo, když ho použijeme v negativním, budou růst dál. Takže náš svět je svět přes brýle mnohých znečištění, mnohých kléša nebo malých znečištění. A když žádné nečistoty nemáme, tak jsem nad světem. Kdo je Buddha? Buddha je ten, kdo je nad světem, žije ve světě, ale do světa nepatří. Proč do světa nepatří? Protože pronikl čtyři vznešené pravdy nebo čtyři pravdy vznešených. Tzv., že není vázán ani na existenci, ani na neexistenci, ani na to, co je mezi tím.

Čili proces osvobozování je proces chápání těch *abhisankhár*, které tvoří náš svět. Abhisankháry též tvoří naši karmu. Na jedné straně tvoří náš svět, na druhé straně tvoří naši karmu. A my vidíme svět podle naší karmy. Jestliže máme více pozitivní karmy, vidíme svět pozitivně, jestliže máme více negativní karmy, vidíme svět negativně. To se stále střídá. Takže z hlediska buddhismu, rozdílná těla jsou výsledky rozdílné karmy minulých životů, protože my získáme tělo na základě karmy. A to se dělo v minulém životě, to se bude dít i v životech příštích. A teď rozdíl mezi učením žáků a učením bódhisattvů je, že žák touží po tom, aby se karmy zbavil; bódhisattva touží po tom, aby karmu zdokonalil. Aby dosáhl právě stav těla dharmy. V těle dharmy nic není oddělené. Právě proto tělo dharmy je nad rozlišující vědomí.

A tak přesně, jak vysvětluje Visuddhimagga, to máme též v minulosti, jsme měli abhisankhára, tvořili jsme formace vůle, akumulovali jsme je, takže máme vůli, takže máme karmu, na základě karmy jsme se narodili. Když jsme se narodili, máme počitky, a když na těchto počitcích ulpíváme, no tak máme žízeň, když máme žízeň, přivlastňujeme si věci a tak dáme vznik novým existencím. Tak se to dělo v minulosti, tak se to děje teď, tak se to bude dít i pokud budou na

to podmínky a příčiny, tak se to bude dít i budoucnosti. Je to stále stejný proces. A ten, kdo uspěl ve vipassaně, to je rozdíl mezi těmi, co neuspěli ve vipassaně a kdo uspěli ve vipassaně, je ten, kdo uspěl ve vipassaně vidí tento proces jakožto proces, který se děje v každém momentě. Příčina a důsledek je proces, který se děje v každém momentě. V každém momentě je příčina a důsledek. Neexistuje moment, který by existoval odděleně od příčiny a důsledku.

A co je důsledek toho? Nágardžuna v druhé kapitole Múlamadhjamakakáriká [420] popírá skutečnost času. Stav pochopení reality je popření skutečnosti času. Popření skutečnosti času je též popření skutečnosti strasti, protože strast není absolutní, proto máme místo pro proces osvobození. Kdyby strast byla absolutní, no tak žádné místo pro proces osvobození není. Takže abychom získali hluboké poznání ve vipassaně, musíme poznat něco, co je, ačkoliv existuje v procesu příčiny a důsledku, je stálé. A to je nirvána nebo takovost. Jestliže jsme skutečně poznali vipassanu, poznali jsme nirvánu, poznali jsme takovost. Poznali jsme něco, co ačkoliv se děje, nemohli bychom to poznat, kdybychom neměli proces komplex těla a vědomí na tělo vázané, nemohli bychom to pochopit, ale přesto, že to pochopíme v rámci tohoto komplexu, přesahuje to ten komplex.

Proto nirvána je co? Nirvána je stálé štěstí. Teď koncepty nirvány jsou samozřejmě v různých buddhistických učeních různé. V théravádě, stejně tak jako sarvástiváda má aspekt pozitivní a aspekt negativní. Je to stálé štěstí, ale je to též odřezání nevědomosti, chtíče a zloby, které vlastně jsou vázané na chtíč. Čili s odřezáním chtíče vlastně odřezáváme též nevědomost a s odřezáním nevědomosti odřezáváme též komplex chtíče a nevole. A tím pádem pronikneme správný názor. Skutečně proniknutí správného názoru je toto. Správný názor sice existuje též v rámci samsárického poznání, ale skutečný správný názor existuje z hlediska poznání nirvány. A jedině, jak už jsme se zmínili, jestliže nirvána nebo takovost se stane objektem, pak všechny složky osmičlenné stezky se objeví dohromady. Jinak se nikdy dohromady neobjeví. Jestliže máme správné rozlišování, neznamená to, že máme správné samádhi a že máme správnou etiku. A že máme správné úsilí, to vůbec neznamená. Ale jestliže objekt se nedá chytit, tak všechny tyto složky se objeví pohromadě. Etické jednání je kompletní, správný názor je kompletní, správné myšlení je kompletní. A správné samádhi je též kompletní. A vše, co k němu patří, správné sati, správné úsilí, to už tam je v tom.

Či abychom poznali Střední cestu, vlastně skutečné poznání Střední cesty je závislé na skutečném poznání objektu, který se nedá rozlišujícím vědomím uchopit. Jestliže chceme něco poznat z učení bódhisattvů, na tomto poznání je to založené. Na tom, že skutečná realita je ta realita, kterou vidí arahat. Je to realita, která se nedá chytit, ale přesto bódhisattva je ten, který na základě soucitu se ztotožní s těmi, kteří tu realitu chytají, protože mysl je jedna. A aby to získal, medituje právě též na čtyři vznešené pravdy, jako na pravdu jednu.

[420] Múlamadhjamakakáriká „Základy Střední cesty“, zkráceně MMK, je základním textem školy Madhjamaka buddhistické filozofie mahájány. Obsahuje cca 450 veršů. Složil ji indický filozof Nágárdžuna. MMK využívá argumenty reductio, aby ukázala, jak jsou všechny jevy prázdné od svabhávy.

Čtyři vznešené pravdy mají čtyři aspekty. Každá pravda má čtyři aspekty. Ty jsou vysvětlené jinak v théravádě, ty jsou vysvětlené jinak v severní tradici, ale jedná se o to samé poznání. V severní tradici tedy proces proniknutí objektu osvobození má 16 momentů, protože meditující proniká 16 aspekty reality, což je 16 aspektů pravd vznešených. Každá pravda čtyři aspekty. Teď nemáme asi čas, abych je vysvětlil. Ty aspekty strasti pozná první a podle učení severního buddhismu pak poznává ty ostatní aspekty, ale v momentě kdy se mu vyjeví, žákovi se vyjeví nirvána se znovu těch 16 aspektů scvrkne v jeden aspekt strasti. Vše, co se mění je pouze a jen strast. Ale aby se to stalo, musí poznat těch všech 16 aspektů. A tím pádem jižní buddhismus zdůrazňuje, že proces probuzení je okamžitý. Severní buddhismus, že je postupný. Ale tyto dva druhy poznání nejsou v protikladu. Protože první musí proniknout těmi aspekty těch pravd vznešených aby získal ten jeden moment. Čili máme lakšana, samaja, abhisamaja, poznání na základě vlastností a potom máme momentální poznání. A momentální poznání z hlediska žáků vyjde jedině na základě, jestliže proniknul těmi aspekty jeden po druhém těch čtyř vznešených pravd.

Když pozná to, že nemůže být, pokud existuje samsárické vědomí, nemůže být dukkha – strast bez nestálosti, bez strasti, která pochází z nestálosti, bez prázdnoty já, toho, co je strastné a nestálé a nejáství toho. A to je na základě čeho? to všechno, tato strast má svoji příčinu. Čili vznikání je na základě příčiny. Jelikož je příčina, tak bude stav vznikání – samudaja. Jelikož je stav vznikání, proto budou i příčiny vznikání, o kterých jsme se zmínili – žízeň, ulpívání, vytváření. A tak je zrod. *Patisambhidamagga* vysvětluje, že každý z 12 členů závislého vznikání má devět překážek. To jsou všechno překážky. Vznikání je překážka. Jelikož je strast, musí tam být vznikání. A jelikož je vznikání, musí být též konec vznikání. A ten konec vznikání, to je co? To je nieródha, to je zastavení vznikání. A když je zastavení vznikání, tak je šánta, šánti, šántata, poznává, že ta nirvána, ten konec vznikání, že je vlastně mír, utišení. A to utišení je to nelepší – pranítata[421], to je super. Jenomže my většinou to utišení, jakožto super nevidíme. ale ono to je pranítata. Protože nevidíme utišení jako pranítata, jako super, no tak nemáme východ, nemáme východ z toho vytváření. A jestliže to tak vidíme, no tak poznáváme Střední cestu. A Střední cesta vede tam, je ta cesta, jiná cesta není, vede tam, kam chceme, proto je to správná praxe, protože vede tam, kam chceme potom, co jsme poznali zastavení. A tím pádem se dostáváme ven a vidíme jasně, jak se ven dostáváme.

A tak vlastně nirvána má dva aspekty. V Ratana sutta[422] stále recitujeme: Moudří muži, ti docházejí k procesu utišení vznikání tak, jako když se foukne (to je krásný jev, poetický) jako když foukneme do lampy. Takže mají poznání ne, že příští, budoucí vznikání dojde ke konci. Text vysvětluje, aby meditující získal nirvánu, musí mít správnou cestu. A správná cesta je cesta správných, spásných prostředků. A správné, spásné prostředky je cesta správné koncentrace – šamathy a správné vipašjany. Koncentrace též vede k probuzení, protože probuzení není nic

[421] pranítata znamená "vztahující se k provedení" a představuje jeden ze čtyř "aspektů v pravdě ustání" (nirodhasatja), jak jsou definovány v Dharma-sangraha (oddíl 99).

[422] Ratana sutta je buddhistický diskurz v pálijském kánonu v Sutta Nipáta a Khuddakapatha; s paralelou v Mahávastu. V páli má délku sedmnáct veršů a v sanskrtské verzi devatenáct. Ratana Sutta vychvaluje vlastnosti tří ratan v buddhismu: osvíceného, učení a ušlechtilé společenství učedníků. Online anglicky. Nebo zde.

jiného, než stav koncentrace. Ten, kdo je probuzený neztrácí stav koncentrace. Ale jeho koncentrace je zaměřená na objekt, který se nedá chytit. A ten se vysvětluje jakožto prázdnota, jakožto stav bez znaků objektu a stav bez přání. Tři brány k nirváně. Čili nemůže být nirvána bez správné koncentrace. Správnou koncentraci se první učí meditují na objektech, které může chytit, jako dech. Pak dělá vipassanu a pak pozná objekt, který se chytit nedá. A pak na základě moudrosti z poznání objektu, který se chytit nedá, praktikuje dál odpojování, rozčarování. Rozčarování čím? Rozčarování tělem a světem. Protože jak svět vnímáme, závisí na tom, jak vnímáme naše tělo a vědomí, které je na tělo vázané.

A osmičlenná střední cesta bude plná, jestliže objekt se nedá chytit. A objekt se nedá chytit, jestliže ta koncentrace bude mít tři základy. Jestliže ty tři základy tam nebudou, tak to nebude správná koncentrace. Visuddhimagga to krásně ilustruje. Tři přátelé jdou uctívat bohyni moudrosti. A jeden chce vyskočit a ze stromu nasbírat květy, ale ty větve jsou příliš vysoko. Tak druhý skloní záda a on mu skočí na záda, ale stále ještě není pevný. Tak přijde třetí přítel, dá mu rameno, tak se podepře na to rameno. No a nasbírá květy. Čili koncentrace dosáhne moudrost, protože má podporu sati. Co je sati? Sati není nic jiného než právě to rameno, na které se podpírá. A co je správné úsilí? Správné úsilí je to, co ho vyzdvihává, ta záda. A správná koncentrace je to, co sbírá ty květy moudrosti. A aby se osvobodil, potřebuje též správný názor a správné myšlení. Správné myšlení – samma sankappa. Co to znamená? Samma vitakka, správná aplikace mysli na objekt. To je vitarka. Správná pozornost.

A zase Visuddhimagga, krásné příklady. Dítě najde na ulici pětikorunu, tak ví, že je to k něčemu dobré. Tak přinese tu pětikorunu, dá ji matce. Ta se na to podívá a teď jakou má skutečně cenu, to musí jít do banky, tam si prohlédne. Dříve se platilo stříbrem, tak to bylo něco jiného (v Indii i ve středověku u nás). Tak ten expert se zaboří nehty do toho stříbra, do té mince a zjistí, kolik je tam stříbra, kolik je tam železa, jakou to má skutečnou cenu. A ty nehty, kterými dlábne do té mince, to není nic jiného, než ta moudrost, která všechno detailně rozliší. Ta matka, to je to rozlišující poznání a to dítě, to je to vnímání. Čili z vnímání, jestliže funguje, tak máme rozlišení a z rozlišení, jestliže správně funguje, získáme moudrost tím, že pronikneme do věci. A tím pádem, jestliže je tam ta správná koncentrace, tak pronikneme do věci a jasně vidíme, co v naší skutečnosti co je skutečnost našeho poznání. A naše skutečnost našeho poznání je, že opravdu této skutečnosti jáství se nic nedá přivlastnit. To je proniknutí do té mince, kterou jsme našli, která je náš život.

Čas už máme pomalu pryč, tak teď krásně vysvětluje přesně to samé, co je vysvětlené ve Visuddhimagga, to odstranění nečistot vědomí má vlastně tři vrstvy… Na základě praxe síla, na základě praxe disciplíny my můžeme odstranit to povrchní znečištění tím, že praktikujeme ne-zlobu metta – odstraníme zlobu, tím že praktikujeme asubha, odstraníme chtíč, tím že praktikujeme správné poznání, odstraníme nevědomost. Tomu se říká *tadanga-pahána*. To je na vrcholu, to je na povrchu. Přestože odstranění na základě disciplíny může odstranit akušala, tzn. nezdravé činy mluvou a tělem, jako krádež, lhaní, ale nemůže odstranit, nemá sílu, aby odstranila neblahé činy na základě vědomí, na základě mysli. Pak praktikujme samádhi, jestliže jsme v samádhi, žádná zašpiněná mysl tam není, žádné mentální utrpení v samádhi neexistuje.

Ale když vyjdeme, tomu se říká *vikkhambhana* - potlačujeme. My potlačujeme stavem samádhi nečistoty tak, že nemůžou vyjít navrch. Čili je vyklepeme doslova. Vikkhambhana znamená vyklepání. Ale vyklepeme je jenom tehdy, když jsme v samádhi, když vystoupíme ze samádhi, tak přijdou zpět. A pak jedině moudrost Střední cesty může ty nečistoty z mysli vykořenit. Za předpokladu, že objekt poznání je ten objekt, který se nedá chytit. A abychom ho nechytili, musíme nejdříve poznat správné rozlišení, bez toho to nejde. A to správné rozlišení v praxi žáků poznáme jedině na základě vipassany, rozlišující vipassany. Jak už jsme se zmínili, buď *kalápa vipassany* nebo *anuppáda vipassany*. V praxi bódhisattvů nemusíme nutně poznat nestálost všech jevů na základě poznání agregátů, nestálosti agregátů a veškerých rúpa a náma. Ale stačí když to teoreticky poznáme a pak meditujeme na tu realitu nejvyšší, ve které ta znečištění jsou nereálná, neskutečné. To je cesta bódhisattvovské praxe.

Ty dvě cesta se samozřejmě doplňují, to neznamená, že jedna je vyšší, jedna je nižší, ale bez té jedná není druhá, bez té druhé není ta první. Musíme mít správné rozlišení, abychom šli nad rozlišení. Bez správného rozlišení se nad rozlišení nikdy nedostaneme. Ale tomu správnému rozlišení v praxi bódhisattvů nepotřebujeme nutně poznat nestálost všech forem, tělesných i mentálních.

Stejně tak i v praxi *abhisamaja* stačí, když poznáme stav nestálost *kámadhátu* ve sféře vědomí, které je vázané na pět smyslů, abychom si odvodili, že to stejné je i ve vědomí, které je vázané na jemné formy, nebo vázané na neforemnost. Můžeme si to odvodit. To neznamená, že musíme bezpodmínečně poznat všechny stavy prohloubení mysli v jemné objekty, v neforemnost. Můžeme si to odvodit též. Když je známe, samozřejmě je to lepší.

A teď jsme se dostali na konec, časově už jsme to vlastně překročili. A teď je deset krásných věcí, které zažijeme, jestliže správně praktikujeme.

Co znamená správně praktikovat? Že máme hlubokou mysl a máme přímou mysl. Hluboká mysl, že máme víru, kterou nic nemůže otřást. A přímá mysl je, že poznáváme realitu tak, jak je.

A co se stane, když správně meditujeme? Že ty různé stavy nepokoje nás nemohou hluboce ovlivnit. Když nasloucháme Dharmě nebudeme se zabývat nedostatky osob, které Dharmu předávají, ale budeme meditovat na Dharmu samotnou, ve které skutečnost osob je popřena. A tím pádem můžeme naslouchat bez pochybností. Protože pochybnosti nejsou většinou vůči Dharmě, ale vůči té osobě, která Dharmu předává.

Za třetí, to je ve všech buddhistických písmech, základ vlastně hlubšího poznání je, že pocit *hrí ottappa*, hrí je - budeme mít strach, strach možná není to nejlepší slovo, budeme mít odpor vůči zlu. Strach a odpor ke konání zla.

Appamada[423] – uvědomělost. V Dhammapada je krásný verš: *Neuvědomělost je cesta ke smrti. Uvědomělost je cesta k nektaru věčného života. Ten, kdo je uvědomělý, ten neumírá. Ten, kdo*

[423] appamada: pozornost, píle, horlivost. Více viz Slovník

uvědomělost nemá, ačkoli žije, je jako mrtvý. – Čili získáme uvědomělost. A jestliže máme uvědomělost, budeme mít vivéka. Vivéka znamená též oddálení, doslova izolace. Izolace od čeho? Izolace od chtíče vůči tělu a komplexu vědomí, které je na tělo vázané. A to můžeme mít jedině tehdy, jestliže máme uvědomělost. Bez uvědomělosti žádná vivéka. A v sanskrtu, v páli má vivéka dva významy: jeden je izolace, oddálení; druhý je moudrost. Moudrost je co? Přesně to, co buddhismus vysvětluje jako *sammá ditthi* – správné rozlišení. Správné rozlišení co je já, a co já není. Buddhismus nepopírá já, buddhismus popírá skutečnost konvenčního já. A skutečnost znamená stálost. To je důležité pochopit. A základ praxe, jak Abhidharmakóša vysvětluje, je *alpeiččhata* a santušti. Abychom mohli praktikovat, když praktikujeme správně, jestliže nesprávně praktikujeme, mít nebudeme. Jak poznáme, že praktikujeme správně? Že máme *alpeiččhata* – málo přání a *santušti* - spokojenost. Ten, kdo praktikuje správně, získává schopnost spokojenosti a málo přání. A tím se blíží naplnění.

A tím pádem, když se blíží naplnění má vědomí, které neulpívá a tím to přibližně všechno končí. A jelikož neulpívá tak ty světské radosti ho příliš nezajímají a tím, že ho světské radosti příliš nezajímají, tak má výdrž – má kšánti, má schopnost tolerovat bolest, tolerovat nepříjemnosti, nadávky druhých a hlavně schopnost tolerovat Dharmu. To je ta nejvyšší schopnost. A co je Dharma? Skutečná Dharma je nirvána, je stav takovosti. V nirváně vše je tak, jak je. A to je právě to správné poznání.

A teď se dostáváme k poslední otázce, abychom s tím skončili. A to už je lehké. Teď ten, kdo se táže, se domnívá, že ten, který dosáhl vysoké koncentrace, té nejvyšší koncentrace vůči objektu, který je spojen ani není spojen, ani vnímáním, ani nevnímáním, což je ten nejjemnější objekt, který možno poznat v samsáře. Taková osoba nemusí akumulovat tolik různých podmínek, praktikovat všechny ty síly a vipassanu, aby získal proniknutí čtyřmi pravdami vznešených.

A Kumáradžíva vysvětluje, ať už jsme v jakémkoliv stavu koncentrace, získáme jedině moudrost proniknutí tím, že kontemplujeme samsárický stav, tj stav agregátů, které jsou objekty ulpívání, jakožto stav nestálosti, strasti nestálosti, nejáství. A tím pádem se můžeme odpojit. Jiná cesta není. Jestliže nechápeme nestálost agregátů v jakémkoliv samsárickém stavu i v tom nejjemnějším, nikdy se na druhou stranu nedostaneme. To je jednoduché pochopit. Takže ať už je v jakémkoliv stavu koncentrace, jediná cesta k probuzení je pochopení a rozčarování se ze stavu nestálosti. Jiné proniknutí neexistuje. Stav nestálosti je stav neúplnosti, protože úplnost může jedině se projevit v přítomnosti objektu, který se nedá uchopit. V přítomnosti objektu, který se dá uchopit, žádné naplnění nemůže nikdo získat, i když je to objekt sebe jemnější.

A pro dnešek by to stačilo a po prázdninách můžeme jít na nadpřirozené síly. A to je krásné doplnění těch čtyř pravd, protože ty Kumáradžíva probírá čistě z pohledu praxe bódhisattvů.

Proč? Protože bódhisattva, aby mohl se ztotožnit se strastí druhých, a přestože se ztotožní se strastí druhých, díky své moudrosti ji nesdílí, musí mít nadpřirozené síly.

Příští učení bude po prázdninách. Teď jdeme na prázdniny a o prázdninách nezapomeneme na pečlivost, uvědomělost. Můžeme též přeložit uvědomělost jako pečlivost – *appamáda* je pečlivost, pečlivost je uvědomělost. Ale člověk může být pečlivý, ale nemusí být uvědomělý, proto jsem přeložil pečlivost jako uvědomělost, což je zdá se lepší překlad. Tak budeme se snažit být pečliví, abychom prozkoumali ten objekt poznání, který nás může naplnit ve světě, který nás nikdy nenaplní. A tím, že se naplníme tím, tak ten svět už nám nebude připadat tak reálný. Ten, kdo ten objekt právě pozná, pro toho tento svět už není tak reálný. A tím pádem jeho zašpinění vědomí též přestávají být tak reálná. A tím pádem získává tu svobodu.

A teď předáme zásluhy.

(28. část)

Závislé vznikání[424]

My jsme probírali čtyři vznešené pravdy, mluvili jsme o tom, že pravdy samy nejsou vznešené, ale ti, co ty pravdy realizují jsou vznešení. Proto jsou to vlastně pravdy realizovaných. A hlavní část vysvětlení pravd vlastně je též vysvětlení, že pravdy jsou relativní a pravdy jsou z hlediska nejvyšší pravdy. Světské pravdy a nadsvětské pravdy. Nebo lókika – lókuttara. Lókuttara doslova znamená nad- svět. Abychom se vysvobodili z pout mentálních strastí, musíme poznat to, co je nad svět. Co je důležité pochopit. Jestliže poznáme to, co je nad svět, pak vlastně poznáme funkce těch vznešených pravd. To všechno bylo krásně vysvětlené. Ty funkce těch vznešených pravd vlastně jsou úzce spojené s pochopením toho, co buddhismus dělá buddhismus, tj učení o závislém vznikání. Čtyři vznešené pravdy a jejich pochopení je nutnost jestliže chceme pochopit to, co Buddha realizoval pod strom osvícení v Bódhgaja a to je závislé vznikání.

Všechny buddhistické školy bez výjimky vlastně se liší tím, že mají rozdílná vysvětlení závislého vznikání. Ale všichni souhlasí s tím, že pochopení čtyř vznešených pravd je úzce spojeno s pochopením závislého vznikání. Závislé vznikání, hluboké pochopení závislého vznikání spočívá v tom, že pochopíme, že příčiny, důvody a důsledky nejsou ani stejné, ani rozdílné. To je tajemství nás i světa, protože my a svět je vlastně jeden celek. A my to nechápeme, protože nemáme znalost závislého vznikání. Vše, co my můžeme na světě a v sobě poznat je vlastně závislé vznikání.

Poznat závislé vznikání znamená co? Poznat závislé vznikání znamená, že stav jednotlivce, stejně tak, jako stav světa je vznikání na základě příčin a důvodů a zanikání vlastně je spontánní proces. Sice v théravádě též se vysvětluje zanikání jako na základě příčiny a důvodu, ale je důležité pochopit, že ty příčiny a důsledky se objevují v procesu života, v procesu všech mentálních procesů a též vlastně v každém momentě. V každém fragmentu momentu, který se nazývá *šanna*. V jednom lusknutí prstů máme 16 šann. Ale to počítání nemůžeme brát vážně. Je jich tam víc nebo míň, na každý pád je to fragment vteřiny, je to fragment, který se nedá pozřít bez pomocí samádhi. Proto ve všech buddhistických tradicích platí princip:

Jedině mysl samádhi vidí věci tak, jak jsou.

A vidět věci tak, jak jsou je vznik a zánik v každém okamžiku. Abychom se odpojili od světa. V théravádové meditaci, ve vipassaně, jestliže se chceme dostat do hluboké vipassany, musíme to zažít sami na svém těle. A zažijeme to tím, že si rozdělíme, stejně tak jako naše vysvětlení čtyř vznešených pravd, veškeré fenomény naší zkušenosti podle jejich vlastních a společných charakteristik. To je různě vysvětleno, v našem textu je to též trochu jinak

[424] závislé vznikání: patičča-samuppáda, pratítjasamutpáda. - Doktrína příčinně podmíněného vznikání, pojem, který spolu se čtyřmi ušlechtilými pravdami a s pojetím „neduše“ (anátman, anatta) tvoří jádro nauky buddhismu. Více viz Slovník

vysvětleno, v théravádě je to též trochu jinak vysvětleno. Normálně vysvětlujeme, že společné vlastnosti jsou nestálost, strast nestálosti a nejáství nestálosti. V severní tradici k tomu též přidáváme prázdnotu a v théravádové tradici k tomu přidáváme čistotu.

Ale prázdnota je, samozřejmě v písmu žáků, prázdnota individua, prázdnota ega, prázdnota persona. Persona doslova znamená maska. Každý vlastně nosí svoji masku. V křesťanství se to nazývá *nosí svůj kříž*, protože vlastně život ve smyslu světského života se dá pochopit jako strast, abychom se mohli od strasti odpojit. Jestliže nepochopíme strast nestálosti, my se od strasti nemůžeme odpojit. Pochopení strasti nestálosti je předpoklad k odpojení od světa. To je třeba pochopit.

V théravádové tradici a v tradici žáků se obzvláště zdůrazňuje přímé pochopení ve vipassaně, přímé pochopení vzniku a zániku v každém okamžiku, což vede k odpojení vzniku a přímé poznání zániku. Jak Visuddhimagga vysvětluje, všechny fenomény hluboké vipassaně jsou jako bublinky, které prasknou v okamžiku, kdy se objeví. Tato zkušenost pak vede k otevření tzv. nadsvětské vipassany. Máme světskou vipassanu, máme nadsvětskou vipassanu. A jedině nadsvětská vipassana, tzn. vipassana, která má jako objekt to, co je nad svět, ať už si to představujeme jako nirvánu nebo nedualistickou nirvánu ve smyslu takovosti, v mahájánovém učení, v podstatě se jedná o to samé z hlediska mádhjamika, z hlediska Střední cesty.

A po poznání čtyř vznešených pravd, které nám umožňují poznat situaci nás, jako bytosti světské, jako část světa, my vlastně žijeme tím, že vznikáme a zanikáme v každém okamžiku. Proto můžeme mít kontinuitu náma-rúpa. My nejsme nic jiného, než kontinuita náma-rúpa, což znamená čtyři neforemné agregáty a jeden foremný agregát. Tato kontinuita, jak už jsem se zmínil, pokračuje v každém okamžiku, pokračuje v každém mentálním procesu a pokračuje z života na život, protože život je kontinuita. To vidíme též v přírodě, vše co se rodí, musí zaniknout. Neexistuje, že by něco, co se narodilo by nezaniklo. Taková věc není součástí naší zkušenosti.

Praxe čtyř základů nadpřirozených sil

Kumáradžíva

Když praktikující dosáhne čtyř dhján a čtyř soustředění na beztvaré objekty, jeho mysl se stane poddajnou. Usiluje-li o pět [světských] nadpřirozených sil, může jich snadno dosáhnout na základě čtvrté dhjány. I když jich lze dosáhnout i na základě první, druhé a třetí dhjány[425], pokud je člověk hledá tam, je jejich dosažení velmi obtížné a nestálé. Proč tomu tak je? Je to proto, že soustředění v první dhjáně je narušováno aplikovaným a trvalým myšlením. Druhá dhjána má [příliš] mnoho radosti a třetí dhjána má [příliš] mnoho štěstí. Tyto [tři jevy] odporují soustředění. Všechny čtyři základy nadpřirozených sil se vyznačují soustředěním. Meditující by je měl praktikovat na základě čtvrté dhjány, protože pouze čtvrtá dhjána je prosta potěšení, bolesti, starostí a radosti a nádechu a výdechu. Je to příjemný, klidný a stabilní stav (domov) ušlechtilých. To znamená, že čtyři základy nadpřirozených sil mají úspěch díky soustředění[426] založenému na zanícení[427] a odhodlaném úsilí[428], soustředění založenému na energii a odhodlaném úsilí, soustředění založenému na [čistotě] mysli a soustředění založenému na zkoumání a odhodlaném úsilí. Ten, kdo setrvává v závislosti na těchto čtyřech základech nadpřirozených sil, může dosáhnout čehokoli, [co si přeje].[429]

> Otázka: Jak lze dosáhnout na základě nadpřirozené síly, která má koncentraci díky zanícení a odhodlanému úsilí?

Odpověď: Zanícení se nazývá vášnivá touha po hledané věci. Soustředění se nazývá jednobodovost bez kolísání mysli. Odhodlaným úsilím se nazývají [mentální faktory] napomáhající dosažení zanícení a soustředění, jako jsou víra, bdělost, důmyslná moudrost, radost, štěstí atd. Je-li zanícení významným faktorem při dosahování soustředění, nazývá se toto soustředění založené na zanícení. Totéž platí pro soustředění založené na energii, čistotě mysli a zkoumání. Když meditující rozjímá nad zanícením a nedovolí, aby ho byl nadbytek nebo nedostatek, aby bylo příliš shromážděno uvnitř nebo rozptýleno vně, stává se poddajným, vyrovnaným, harmonickým a vytrvalým stejně jako struna citery, která není ani příliš volná, ani příliš napjatá. Člověk může hrát jakoukoli melodii, jakou si přeje. Stejným způsobem je třeba chápat i energii, čistotu mysli a zkoumání.

Pokud se meditující naučí létat, touha po létání se nazývá zanícením. Shromáždění všech rozptýlených myšlenek k uskutečnění tohoto činu se nazývá energie. Schopnost mysli pozvednout své tělo tím, že opustí tělesnou a duševní hrubost spolu s leností, letargií a

[425] Viz například Patisambhidámagga, Iddhikatha, Pali Text Society 1979, 205.
[426] samádhi
[427] Dalo by se také přeložit jako horlivost, nadšení nebo entuziasmus.
[428] samjakpradhána
[429] Tamtéž nebo V.M. tr., 422-3.

vzrušením. Když se mysl stane lehkou a činorodou, může díky své lehkosti pozvednout tělo, tomu se říká [čistá] mysl. Uvažování o tom, kolik zanícení, energie a mentálního soustředění je třeba, aby bylo možné nechat tělo pozvednout, aniž by se narušila chuť [rovnováhy] mezi vnitřními a vnějšími hmotnými jevy, tomu se říká zkoumání. Na základě čtyř základů nadpřirozených sil lze zdokonalit všechny ctnosti, nejen pět nadpřirozených sil.[430]

Bhante Dhammadípa

A teď, po pochopení čtyř vznešených pravd Kumáradžíva vysvětluje praxe tzv. *iddhipáda*[431]. Což je přeloženo jako praxe čtyř základů úspěchu[432]. A myslí se tím úspěchu v praxi nadpřirozených sil – *abhiňňa*. Máme různé kvalifikace nadpřirozených sil. Základní nadpřirozené síly – je jich šest, první abhiňňa jsou iddhi, tzn. nadpřirozené síly. O těch budeme mluvit po vysvětlení čtyř základů nadpřirozených sil. Tzn. nadpřirozená síla transformace, nadpřirozená síla mentálního těla, vytvoření mnoho mentálních těl atd., atd. O tom budeme mluvit trochu později.

Pak nadpřirozená síla přímého poznání vůlí k životu, nadpřirozená síla božského oka, nadpřirozená síla božského sluchu, nadpřirozená síla přímého vidění myšlenkových procesů druhých. A pak nadpřirozená síla poznání, když se staneme buddhou, ať už buddhou žákem, pratjéka buddhou nebo perfektním buddhou – nadpřirozená síla poznání, že ty příčiny a důvody procesu nového zrození nemají kontinuitu. Čili my víme, přímo víme, že jsme ve stavu, kdy kontinuita na základě příčin a důvodů byla prostě opuštěna. A tím pádem se nacházíme ve stavu, který není ani existence, ani neexistence. Je to stav, jak všechny buddhistické tradice vysvětlují, stav nirvány je stav *nepopsatelný*. Nepopsatelný, nepochopitelný, neuchopitelný rozlišující mysli. To je důležité pochopit.

Rozlišující mysl je samozřejmě důležitá, ta nám ukáže jazykem zenu, že ten plný měsíc existuje, že to naplnění existence, což je opuštění mentální strasti, skutečně existuje, ale prst není plný měsíc. Prst jenom ukazuje cestu k plnému měsíci. Stejně tak jak *Rathavinítá-sutta*[433] (ratha je vůz a viníta je kontinuita vozu), abychom se dostali do stavu osvobození potřebujeme praxi, která na sebe navazuje a tím se stává stále hlubší. Praxe šíla, praxe samádhi, na základě samádhi realizace různých pokročilých stavů vipassany, to znamená cesty přímého vidění a pak cesty meditace, která vede do stavu buddhovství ve kterých se spojuje právě šamatha a vipašjana v jeden celek.

[430] Viz S. N. Iddhipadasa.yutta, tr. Bodhi, 1718.
[431] V sanskrtu: rddhipáda.
[432] Iddhi je z kořene idžati, což znamená uspět, být úspěšný. A pada je základ.
[433] Rathavinīta-sutta: 24. sutta z Madždžhima nikáji. Více viz Slovník

Důležité jsou tzv. *té vidždžá*[434]. Buddha získal stav plného probuzení podle tradice tím, že použil nadpřirozené síly. A které nadpřirozené síly? Síla poznání svých nekonečných minulých životů, což je objektem džátak, povídek z jeho minulých životů jakožto bódhisattva, kdy praktikoval párami – dokonalosti. Jedině naplnění všech dokonalostí umožňuje stav perfektního buddhy. Dále k plnému probuzení Buddha použil božského oka. Božské oko může vidět jak my bytosti v momentu smrti se znovu rodíme, ať už přijmeme existenci barda nebo *antarábhava*[435] nebo nepřijmeme, my jsme v procesu nového zrozování na základě příčin a důvodů. A naše nové zrození závisí na naší karmě. A naše karma samozřejmě závisí na stavu našeho vědomí, protože karma pochází z vědomí. Karma znamená akumulace vůle a bez vůle vědomí nemůže pokračovat.

Třetí vidždža – té-vidždža, to jsou tři vidždža, tři vědy, které arahat potřebuje získat, aby měl hlubší poznání. O bódhisattvovi nemluvě, pro něj tyto znalosti jsou nutností. Čili znalost toho, že důvody zrození byly vyčerpány. Důvody a příčiny zrození byly vyčerpány. Tyto tři nadpřirozené bytosti vlastně dělají hloubku realizace. Jsou i obyčejní arahaté, kteří se pouhou moudrostí, bez těchto tří věd též získají stav odloučení se od samsáry, ale všichni arahati, kteří mají hlubší poznání, hlubší párami – dokonalosti, jsou též vlastníci těchto tří věd, které jsou též obsahem probuzení Buddhy. Buddha je použil v tom, aby se ujistil o plném pochopení závislého vznikání, plném pochopení skutečného stavu věcí. Závislé vznikání je skutečný stav věcí.

Čtyři vznešené pravdy vysvětlují (podle *Ratha-vinita*[436] atd.), že samozřejmě strast, mentální strast má své příčiny, jak už jsme vysvětlili, žízeň, ale žízeň nikdy není sama, žízeň je společně se všemi různými klésami – nečistotami mysli. A též poznání konce strasti. Konec strasti je stav *nevytvořený*, to je důležité poznat. Stav nevytvořený je stav *anásrava* nebo *anásava* – stav bez přílivu a odlivu nečistot do vědomí. Arahat, ať už buddha arahat nebo obyčejný arahat, všichni poznali stav čistoty, který je ani příliv, ani odliv nečistot do vědomí. A tento stav umožňuje stav probuzení nebo stav osvícení. Proto probuzení se též jmenuje osvícení, protože osvícení je stav čistoty, stav světla. Světlo je též moudrost. Skutečné světlo, mentální světlo, je světlo moudrosti. To je společné všem tradicím.

A toto světlo, když má kontinuitu, tak jsme nad světem. To je též vlastně v západních duchovních vědách stejný princip. Jsme nad světem, ale to neznamená, že striktně řečeno, že arahat též, pokud nezemře, žije ve světě. A žít ve světě, znamená žít ve stavu nestálosti, ale přestože ve stavu nestálosti, on není spojen strastí s nestálostí spojenou. Tedy s duševní strastí. Samozřejmě arahat i buddha na základě jistých malých, nepatrných, alespoň tak to vysvětlují *atakaka*[437] komentáře, díky svým nepatrným akusala – nezdravým myšlenkám

[434] Té = tři. Vidždžá: "(vyšší) poznání", gnóze. V sanskrtu vidja: vědění, znalost, trojí pochopení, jež je předpokladem bódhi. Totiž pochopení a znalost podstaty řetězce znovuzrozování (sansára), čtyř ušlechtilých pravd a způsobů, jak se vymanit z „vlivů“, to jest z pout, jež poutají k převtělování.
[435] antarábhava označuje "mezidobí". Více viz Slovník
[436] Online anglicky
[437] Únava z fyzické nebo duševní práce; únava.

v tomto životě i v minulém životě, Buddha též prožíval různé bolesti za svého života, měl bolesti zad, tak často, když mluvil se položil a požádal generála Dharmy Šáriputru, aby pokračoval v jeho vysvětlení.

A teď, po poznání čtyř vznešených pravd přichází proto logicky praxe čtyř základů nadpřirozených sil. Nebo čtyř základů úspěchu v praxi nadpřirozených sil. Tyto čtyři základy praxe nadpřirozených sil jsou předpokladem k jejich získání. Jestliže je nepraktikujeme, my ty nadpřirozené síly nezískáme. Jestliže je praktikujeme, můžeme získat poslední nadpřirozenou sílu, což je poznání toho, že příčiny a důvody nové existence byly vyčerpány. V tom případě jsme tzv. *pakati arahat*[438] - normální arahat, který nemusí mít ani džhány, ani nadpřirozené síly, ale jeho dokonalosti jsou omezené, velice omezené. Velikost probuzení, velikost osvobození, velikost osvícení právě závisí na velikosti těchto dokonalostí. Obyčejný arahat – *pakati arahat, prakrti*[439] *arahat* je též osvícený, je též probuzený, ale jeho probuzení, jeho osvícení nemá sílu. Takže není schopen a často ani ochoten učit druhé. Zatímco velcí arahati jako Ánanda, jako Kaččájana, Šáriputra atd., ti vidí právě velikost svého probuzení ve schopnosti učit druhé. Této schopnosti se též říká *ádesana pátihárija*[440] – nadpřirozená schopnost učit druhé. Pokud jsme malí arahati, tak nebudeme mít tu schopnost učit mnohé bytosti, protože se nemůže vcítit do jejich situace, nemáme ty nadpřirozené síly, nemáme nadpřirozenou sílu přímého vidění jejich myšlení, nemáme nadpřirozenou sílu vidět jejich závislé vznikání, jak vlastně fungují. A proto naše schopnost učit je velice omezená.

Pro bódhisattvu získání těchto nadpřirozených schopností je vlastně nutnost, protože bódhisattva, který je opravdu bódhisattva neodlišuje mezi sebou samým a druhými. Tím se s tává bódhisattvou. Proto pro něj ty nadpřirozené síly a praxe čtyř základů nadpřirozených sil je obzvláště důležitá. My chceme být bódhisattvy, ale prostě nemáme na to. Jsme bódhisattvy tím, že jsme schopni a ochotni praktikovat tak, že nevidíme rozdíl mezi utrpením strasti druhých a vlastní strastí a utrpením. Tím se stáváme bódhisattvy, ale bódhisattvové ještě ne na pevných nohách, bódhisattvové na pevných nohách potřebují právě ty nadpřirozené síly. Obzvláště vidění mentálních procesů druhých, vidění minulých životů, vidění jak bytosti, na základě karmy fungují v tomto světě a ve světě příštím.

A teď tedy přicházíme k vysvětlení těchto základů praxe získání úspěchu v nadpřirozených silách. To se jmenuje *iddhipáda*, jak už jsem říkal, iddhi – znamená úspěch, pada – znamená základ, základ úspěchu. Bez tohoto základu úspěchu my vlastně nemůžeme vyvinout velké síly, které bytosti můžou získat *jedině* správnou kultivací.

A je třeba též poznat, jak *Patisambhidamagga*[441], Visuddhimagga též vysvětluje, že tyto základy nadpřirozených sil jsou jak světské, tak i nadsvětské. To je důležité pochopit. My

[438] pakati = prakrti
[439] prakrti, pakati: duchovní předpoklad prvního stupně ze čtyř, jimiž ve svém vývoji musí projít bódhisattva. Více viz Slovník
[440] ádešana neboli ádešanáprátihárja se vztahuje k "zázraku čtení myšlenek" a představuje jeden ze "tří druhů zázraků" (prátihárja), jak jsou definovány v Dharma-saṃgraha (133) připisovaném Nágárdžunovi.
[441] Patisambhidamagga je dvanáctá kniha Khuddaka nikáji. Více viz Slovník

ačkoliv jsme se nestali arahaty, nestali buddhy, my můžeme praktikovat tyto nadpřirozené schopnosti, ale pokud jsme neuspěli v meditaci a nezískali přímé vidění objektu vysvobození, ať už ho prezentujeme jako nirvánu nebo jako takovost, my můžeme ty nadpřirozené síly zneužívat.

Každý, kdo studuje buddhismus, zná příběh Dévadatty. Dévadatta vlastně též byl Sakja, patřil do rodiny Buddhy. Byl s ním úzce spjat, podle učení Džátak nejenom v jeho posledním životě, ale v nesčetných minulých životech na něj Dévadatta žárlil a chtěl mu škodit. Žárlivost je velká negativní síla. Dévadatta měl neskutečně silnou vůli. Právě praktikoval tyto světské čtyři základy nadpřirozených sil a získal všech pět nadpřirozených sil, kromě nadpřirozené síly vidění toho, že důvody nové existence už tam nejsou. A on toužil po tom, aby on se stal vůdcem sanghy a vlastně se chtěl zbavit Buddhy. A pokusil se i několikrát ho zabít a použil nadpřirozené síly, aby získal na svou stranu krále Magadhy Adžátašatru. Pomocí nadpřirozených sil se vtělil do těla mladíka a různě měnil formy, což imponovalo Adžátašatru, který byl též obzvláště ambiciózní král, jak asi víme, zabil vlastního otce, aby se stal sám císařem. K tomu ho též přemluvil někdo jiný než Dévadatta sám. Protože Dévadatta chtěl získat moc, přemluvil Adžátašatru tím, že mu ukázal své nadpřirozené síly, on v něj věřil a vedl ho k tomu, aby zabil svého otce.

To jsou známé příběhy v buddhismu, ale nás zde přímo nezajímají. Na každý pád světské nadpřirozené síly je možno zneužít. A jsou zneužívané dodnes. Já jsem během svého pobytu v Barmě též slyšel příběhy, že někteří mniši používají právě božského oka k tomu, aby pomáhali druhým vyhrát v loterii a pak samozřejmě dostávají ty největší dary a žijí si jako králové. Proto v tradici buddhismu normálně, alespoň v klášteře, kde já jsem byl trénován, byl obzvláště známý klášter na praxi dhján, praxi nadpřirozených sil, ale tyto schopnosti byly pouze učené tehdy, jestliže učitel si byl jist, že nemohou být zneužity, že dotyčný získal přímou znalost objektu osvobození. Zde nirvány. Pak, aby prohloubil znalosti závislého vznikání náš učitel *Pa Auk Sayadaw* učil božské oko a vidění minulých životů. Mnohých, mnohých minulých životů. Jak je to spolehlivé, protože naše vědomí je stále ovlivňováno, i když získáme jisté hluboké znalosti naší individuality, v našich možnostech je to ne plně objektivní, ale ty schopnosti tam jsou.

Text vypráví, že k tomu, abychom praktikovali ty čtyři základy úspěchu, potřebujeme nutně dhjánu. Text říká, že tyto čtyři základy nadpřirozených schopností můžeme praktikovat též nejen ve čtvrté dhjáně, ale čtvrtá dhjána je ideální stav k praxi těchto čtyř základů úspěchu. Bez nich též ty nadpřirozené síly, o kterých vypráví další kapitoly, je prakticky obzvláště těžké, pokud nejsme super talentovaní a nemáme jisté základy z minulých životů této praxe skoro nemožné. Právě abychom praktikovali nadpřirozené síly, potřebujeme se stát mistry čtvrté dhjány. Bez čtvrté dhjány to bude nemožné. Jak už jsem se zmínil dříve, a to jsme probírali nemusíme se k tomu vracet, čtvrtá dhjána dává stav *nehnutelnosti – aniňdža*. Ty ostatní džhány, tedy ty nižší džhány tento stav nemají. Proč? Protože v nich ještě meditující je ovlivněn

počitkem. Může být ovlivněn radostí, může být ovlivněn štěstím, ta tendence ulpívat na radosti, ulpívat na štěstí je velice hluboká v myslích bytostí, ta se může objevit a též úplně v nižších dhjánách může dojít k pocitu tělesné strasti i napojené na duchovní strast. Ve vyšších dhjánách můžeme zažít též, pokud nemáme perfektní tělo, nepříjemné tělesné pocity, ale hloubka dhjány nám umožňuje to, že se s nimi nemusíme zabývat.

Pak samozřejmě může vyvstat problém, když se meditující z džhány dostane, tak noha může zdřevěnět atd. 😊

Čili tyto čtyři základy úspěchu jsou založené na koncentraci. To text jasně vysvětluje a mistrovství v koncentraci právě umožňuje nadpřirozené síly. My nikdy těch nadpřirozených sil nemůžeme použít, pokud nebudeme mistry v šamathě, ve vědě jak se správně koncentrovat.

Teď text vysvětluje ty čtyři základy.

Čtyři základy úspěchu v praxi nadpřirozených sil, které jsou založené na koncentraci, spojené nebo založené na entuziasmu (*čhanda*). Čili první základ praxe úspěchu v hluboké koncentraci, která vede k nadpřirozeným silám je v praxi entuziasmu (*čhanda*). Čhanda doslova znamená přáním ohnivé přání, hluboké přání je právě entuziasmus.

Dále založené na mysli (čitta). *Patisamhidamagga* vysvětluje, že čitta není samádhi a samádhi není čitta, přestože mysl není samádhi a samádhi není mysl, ale zde mysl znamená čistá mysl. A čistá mysl bez bdělé pozornosti, která obsahuje též koncentraci, (bdělá pozornost obsahuje jak moudrost, tak i koncentraci) není možná. Čili sice se to nazývá čitta, ale jedná se zde o čisté vědomí. Čili hluboká koncentrace je na základě kontinuity čistého vědomí, na základě entuziasmu pro koncentraci a na základě čisté kontinuity, čistého vědomí.

Dále na základě *mímánsa*[442], což jsem přeložil jako investigation[443]. Mimámsa znamená investigation, ale mímánsa znamená vlastně též kontemplaci, kontemplaci toho, jak harmonizovat vědomí tak, aby zůstalo ve stavu koncentrace.

A též *vírija* – energie, to vlastně přichází na začátku. Čili abychom získali silnou koncentraci, která vede k získání nadpřirozených sil, potřebujeme mít energii, potřebujeme mít entuziasmus, potřebujeme mít kontinuitu čistého vědomí a potřebujeme mít pochopení. Mímánsa se dá též nazvat pochopení, jak balancovat vědomí tak, aby zůstalo ve stavu rovnováhy. Protože samádhi je stav rovnováhy. Jestliže ztratíme tento stav rovnováhy, ztratíme samádhi. A na to potřebujeme moudrost.

A tyto kvality musí být doprovázené *sammappadhána* (*sanjakpradhána*) – správným úsilím. Máme čtyři druhy správného úsilí, které patří do osmičlenné Střední cesty, které patří ke 37 důvodům probuzení nebo osvícení, tzn., že vůči všem nezdravým stavům vědomí meditující vynakládá úsilí, aby tyto nezdravé stavy vědomí neměly pokračování. Dále jestliže ty nezdravé stavy vědomí už se projevily, on je okamžitě opustí. Jestliže nemá ve svém vědomí zdravé

[442] mímánsa: Hluboké zamyšlení nebo úvaha, zkoumání, diskuze.
[443] investigation (anglicky): pátrání, (pro)zkoumání, průzkum, vyšetřování.

faktory vědomí, jako je víra, jako je radost, jako je úsilí, jako je moudrost, pak vynakládá úsilí, aby se tyto zdravé faktory vědomí vyjevily. A jestliže se vyjeví, vynakládá úsilí k tomu, aby tam zůstaly a aby se dále vyvíjely. To jsou tzv. čtyři správná úsilí. Bez čtyř správných úsilí nemůžeme uspět ani v šamathě, ani ve vipassaně. To je podmínka. A tyto čtyři základy, jak text vysvětluje, musí být spojené s právě tím *sanjakpradhána*, tzn. s úsilím, které je spojené s entuziasmem.

Text dále vysvětluje tyto termíny. Je otázka jak meditující bude úspěšný v těchto čtyřech základech úspěchu v nadpřirozených silách v tom smyslu, že získá hlubokou koncentraci na základě entuziasmu a sammappadhána, tedy správného úsilí. A *čhanda* je co? Čhanda je přání, hluboké přání uspět. V buddhismu, o tom jsem se už zmínil, čhanda, tedy přání je též vlastně nezbytné jak pro veškeré zdravé stavy vědomí, tak i pro nezdravé stavy vědomí. Máme *káma-čhanda*, to je přání užívat si smyslů v tom smyslu, že na ně člověk ulpívá. Užívat si smysly není nic špatného, ale ulpívat na užívání smyslů je nezdravý stav. To je důležité pochopit. A čhanda v tom smyslu, ulpívání na nezdravý stav, je *káma-čhanda*.

A máme též dhamma-čhanda, což je přání dharmy. A samozřejmě ta nejvyšší dharma a ta, dá se říci jediná skutečná dharma je nirvána nebo takovost. Čili přání dharmy, dharma znamená nirvána a znamená též vše, co k nirváně vede. Tedy prostředky dosažení nirvány. To je též dharma. A jestliže máme hluboké přání k dharmě, vede to přání k tomu, abychom získali jednobodovou koncentraci. To je též přání dharmy. A jednobodová koncentrace je koncentrace, která není subjektem nestálé mysli.

Sammá pradhána, což znamená vlastně vírija, to jsou aspekty vírija, aspekty úsilí, je mentální faktor *čétasika*, která napomáhá k získání entuziasmu společně s koncentrací a jsou to faktory mysli, které napomáhají úsilí jako je víra, jako je sati – bdělá pozornost, jako je moudrost, jako je radost, jako je štěstí atd. A jestliže tyto faktory jsou ve vědomí, pak ta vírija, stejně tak jako entuziasmus, stejně tak jako moudrost, stejně tak jako čistá mysl vedou do hluboké koncentrace, která umožňuje pak otevření pro nadpřirozené síly.

K tomu, aby to úsilí, entuziasmus atd. uspěly musí být úsilí rovnoměrné. To jsme už vysvětlili. Jestliže úsilí není rovnoměrné, pak nedostatek úsilí vede ke klesání mysli, příliš úsilí vede k rozptylování. A tím pádem ta hluboká koncentrace není dosažitelná. Jednobodovost mysli nemůže mít trvání. Jednobodovost mysli, kontinuita jednobodovosti mysli je samádhi. To je důležité pochopit. Kontinuita jednobodovosti mysli je samádhi, ať už samádhi šamathy, tak i samádhi vipašjany. Skutečná vipassana je též stav samádhi. Ale toto samádhi nejde do stavů prohloubení mysli v objekt. Proto meditující mění objekt, místo aby zůstal u stejného objektu.

A tím, že meditující získá tento stav, přesně jak vysvětluje Abhidharma, získá stav *prašrabdhi*, získá stav jasnosti a uvolnění, stav *pliancy*. A tím pádem mysl zůstává ve stavu rovnoměrnosti. A získává tím na síle. Zůstává ve stavu rovnoměrnosti, ve stavu jednobodovosti, je utišena, myšlenky nevyvstávají a získává na síle. My, obyčejní jogíni, i ve stavu dhjány můžeme mít tendence k rozptylování, můžeme mít tendence ke klesání, ačkoli tyto tendence, pokud nebudeme obzvláště nedbalí, nebudou trvat, přesto se mohou objevit, protože to jsou hluboké zvyky, které jsou v nás. Ale na základě právě kontinuální praxe těchto čtyř základů

nadpřirozených sil ten stav perfektní koncentrace bude mít trvání. A tendence ke klesání a rozptylování mysli budou odstraněny.

To umožňuje též perfekci ve dhjáně. Jak théravádové sútry vysvětlují (Upakkilesa sutta, myslím), že Buddha pod stromem probuzení nejprve trénoval mistrovství v dhjánách, které trénoval už dříve s Rámaputta, se svými dvěma učiteli, kteří ho naučili perfektní dhjány a požádali ho, aby učil místo nich. On ovládl vše, co oni ovládli, perfektní koncentraci. A pak, pod stromem osvícení, použil právě nadpřirozené síly božského oka a poznání minulých životů, aby spoji perfektní koncentraci s vipassanou.

A teď text vysvětluje, jak meditující používá tyto čtyři základy praxe nadpřirozených sil k tomu, aby praktikoval to, co je obsahem první kapitoly, to je mistrovství v nadpřirozených silách, mistrovství v iddhi. Čili iddhipáda, mistrovství v iddhipáda, základech nadpřirozených sil vede k mistrovství v první nadpřirozené síle a to je síla transformací těla na základě vědomí. O tom budeme mluvit příští neděli. Text vysvětluje, že na základě těchto nadpřirozených sil může, jelikož se koncentrujeme na lehkost, může zvednout své tělo a zbavit se veškeré hrubosti těla, zbavit se těžkosti atd., zbavit se nepříznivých faktorů vědomí, takže jeho mysl bude perfektně *kammaníja*[444], tzn. perfektně ovládaná. A s touto perfektně ovládanou myslí může dokázat ledacos, cokoliv. A jestliže čteme Cestu bódhisattvů - Asanga vysvětluje, že zatímco arahat nachází štěstí v nirváně, bódhisattva právě nachází štěstí v perfekci koncentrace, která mu umožní snadné učení a použití nadpřirozených sil. A tím získá postupnou dokonalost ve všem. A postupná dokonalost ve všem je ve všech pozitivních faktorech vědomí je stav buddhy, je naplnění všech dokonalostí. A proto ty čtyři základy nadpřirozených sil jsou obzvláště nutné v praxi bódhisattvů.

A pro dnešek by to asi stačilo a příští neděli se začínáme zabývat těmi nadpřirozenými silami. První nadpřirozená síla, kterou vysvětlíme, to je ten nejdelší odstave (pokud si pamatuji), to je nadpřirozená síla transformací, mentálních transformací, kdy z jedné bytosti se může získat mnoho bytostí, kdy se naučíme tahat vědomí z těla jako meč z pochvy a s ním se učit dělat různé věci. Můžeme se množit, můžeme chodit po vodě, můžeme létat do vzduchu, můžeme i rukou chytit měsíc či slunce, aspoň texty to tak vysvětlují. A jak to jde dál, těch iddhi je mnoho, vysvětlíme je příští týden.

[444] Ohebnost, „pliancy".

(29. část)

Probíráme věci, které nejsou běžně dostupné v knihách. V knihách se sice tyto věci najdou, ale tam to není z hlediska praxe, ale v z hlediska scholastiky. Ale zatím se nikdo z vás tolik těmi džhánami nezabývá, tak to není tak důležité. V budoucnosti, jestliže chcete se cvičit v těchto věcech, tak na ty zdroje, co najdete v knihách se nedá moc spoléhat.

Dělali jsme ty čtyři *iddhipáda*. Iddhi, jak jsem vysvětlil, znamená od idžati – uspět. A padda znamená základ, základ úspěchu. Bez toho základu, bez dlouholeté praxe těchto základů úspěchu, a ty potřebujeme též praktikovat, abychom se dostali do džhány, přestože jsou zamřené na koncentraci, jsou důležité též pro vipassanu, protože bez energie, bez přání, bez čisté mysli a bez moudrosti se nikdo v meditaci daleko nedostane. Takže striktně řečeno jsou to základy pro nadpřirozené síly, ale jsou to též základy pro hlubší poznání. Říká se jim v sanskrtu abhidžňa[445]. Kořen slova je od znalosti, česká znalost je též odvozená od stejného sanskrtského kořene – džňána. A abhi, stejně jako abhidharma, abhi znamená detailně, čili dharma v detailu, což je abhidharma. To, co sútry nevysvětlují v detailu, vysvětluje abhidharma. A též to znamená vlastně intenzitu, intenzivně, intenzivní znalost, hlubokou znalost.

Co je hluboká znalost? Znalost, která přesahuje normální světské znalosti. Proto se jim říká nadpřirozené. A ve všech tradicích těch nadpřirozených sil, protože síla, to je důležité pochopit, síla je též poznání. Jestliže máme poznání, máme sílu. Jestliže nemáme poznání, nemáme sílu. Jestliže máme sílu, můžeme dojít k vysvobození.

Dotaz: Když mluvíte o síle, kdy je rozdíl mezi mocí, řekl bych jako síla svalů a síla, co se týče etiky?

Potence. Síla ve smyslu potence. Když použijeme latinské slovo, my máme potenci jít do hloubky. Ano? To je abhiňňa. My máme potenci jít do detailu. V našich znalostech my máme potenci jít do detailu. O tom budeme též mluvit dále. Protože máme tu potenci, tzn., že jsme schopní, naše vědomosti, naše znalosti se mohou prohloubit. Nezůstanou na povrchu. A tradičně těch nadpřirozených znalostí je šest. A těch šest znalostí vysvětluje text stejně tak jako v théravádě třeba Sámaňňaphala sutta[446] v Díghanikája, obzvláště zajímavá sútra, jestliže chceme studovat postup v meditaci, jak se dostaneme k základnímu poznání, k hlubšímu poznání. A s hlubším poznáním jak dosáhneme vysvobození. A to hlubší poznání, to je též spojeno s těmito nadpřirozenými znalostmi nebo nadpřirozenou potencí, silami.

A to jejich pořadí je stejné jako najdete v sútrách, a stejně tak je vysvětleno i v abhidharmě, jak severní tradice, tak i jižní tradice v tomto pořadí. Podle súter ágamy, žáků. Sútry žáků jsou vlastně základem našich znalostí buddhismu. To všichni musí uznat, protože jsou to ta základní písma, na kterých je pak postavena veškerá buddhistická scholastika.

[445] v páli: abhiňňa.
[446] online v angličtině

A my definitivně, jestliže chceme jít hluboce v našich znalostech, musíme praktikovat ty čtyři základy hlubokých znalostí nadpřirozených znalostí, nadpřirozených sil a to je tedy, jak už jsme probrali minule, to je vírja – vírja zde nejlépe překládáme jako energie. Ale vírja doslova znamená schopnost hrdinského úsilí, vírja je hrdina. Musíme mít schopnost hrdinského úsilí, abychom se dostali na druhou stranu. K tomu nám pomůže hluboká koncentrace, která je základem pro hlubokou vipassanu, pro hlubokou moudrost. To je důležité pochopit.

Jestliže máme vírja, máme to hrdinské úsilí, pak to hrdinské úsilí potřebuje entuziasmus – čhanda. To jsme vysvětlili též minule. Bez entuziasmu my se též v meditaci nikam nedostaneme. Jelikož máme entuziasmus, máme hrdinské úsilí. Jestliže máme hrdinské úsilí, máme entuziasmus. A máme entuziasmus pro co? Máme entuziasmus pro dharmu – dharma-čhanda, o tom jsme mluvili minule. Máme přání po senzuálním uspokojení, což je přání běžné všem bytostem a máme též přání po dharmě. A dharma zde znamená široký obsah učení. Obzvláště nejdůležitější obsah učení, jak se dostat na druhou stranu, jak se dostat ven ze strastí tohoto světa. To je ta nejdůležitější dharma. A jestliže máme přání a hrdinské úsilí, pak se můžeme dostat do stavu čisté mysli – *čitta*. Čitta, jak vysvětluje *Patisambhidamagga* není samádhi a samádhi není čitta, ale bez samádhi my se k čistému vědomí nedostaneme. Proto samádhi je základ pro čisté vědomí. A zde čisté vědomí znamená čitta.

Základní vědomí, ať už vysvětlíme jakkoliv, podle buddhistického učení *je* to pravé vědomí. Ať je to vysvětleno různými způsoby, v různých tradicích, ta zašpinění mysli, co máme a která nám přizpůsobují neblahé stavy, ty jsou podle učení Buddhy hosté v naší mysli. Ty jsou hosté v naší mysli, protože naše mysl má čistý základ. V théravádě to vysvětlujeme jako *bhavanga*, v mahájánovém učení jako *álaja* a nebo jako *tathágatagarbha*, což je vlastně stav buddhovství. Ale normálně čistá mysl neznamená stav buddhovství, znamená jen cestu ke stavu buddhovství. A v mahájánové tradici -to je důležité pochopit, jestliže chceme pochopit mahájánu - cesta, začátek cesty, střed cesty a konec cesty se od sebe nedají oddělit, protože cesta je proces. A v procesu se nedá oddělit to, co bylo předtím a to, co je potom. To je důležité na to meditovat a pochopit to, abychom pochopili mahájánovou praxi, která začíná vlastně tím, že kontemplujme stav neduálního čistého vědomí, které je skutečnost vědomí. Takovost vědomí.

A jestliže máme čistou mysl, můžeme získat *mímánsa*. Mímánsa není buddhistický výraz, mímánsa je slovo, které se dá přeložit – schopnost správně uvažovat. Je to výraz vlastně podobný tomu, čemu se říká v buddhismu *samjak pravičaja*, *samma sankappa* v páli tradici. První musíme mít samma ditthi – správný názor, pak můžeme mít správné myšlení. Správné myšlení je schopnost vidět podle dharmy. A ta schopnost vidět podle dharmy předpokládá samozřejmě čistou mysl. A čistá mysl předpokládá entuziasmus a entuziasmus předpokládá energii. Můžeme mít entuziasmus, ale pokud nemáme energii, abychom v entuziasmu pokračovali a aby nás vyburcoval k dalšímu úsilí, tak se nikam nedostaneme.

Jestliže máme tyto základy, můžeme získat hluboký stav dhjány a ty tzv. nadpřirozené schopnosti, nadpřirozené znalosti, nadpřirozené síly jsou výsledkem právě hluboké schopnosti

vstoupit do dhjány. Ne, jako my běžní jogíni, my i ve stavech dhjány můžeme mít jisté zašpinění mysli, ne jako aktivní zašpinění, že myslíme na neblahé věci, to se už nestává ve dhjáně, ale můžeme mít narušené stavy. Můžeme mít bolesti, které nám dělají potíže, můžeme mít myšlenky, které nechceme, můžeme mít i různé počitky, které se do hluboké koncentrace nehodí. A to všechno nám škodí v tom, že se nedostaneme hluboko, i když budeme praktikovat hluboce, nedostaneme se hluboko do těch nadpřirozených schopností, nadpřirozených znalostí. My je můžeme získat, ale nepůjdou do hloubky. Stejně tak jako my můžeme získat dhjánu a nepůjde do hloubky. Ale bude dostačující proto, abychom ty dhjány a ty nadpřirozené znalosti použili za účelem vysvobození.

Ty nadpřirozené schopnosti, obzvláště tři nadpřirozené schopnosti – tj iddhi, o tom budeme mluvit dnes, pak ty poslední v našem pořadí, před nadpřirozenou znalostí poznání vyčerpání přílivů a odlivů zašpinění do vědomí, což je stav arahata, stav buddhy. Tak ty poslední, nadpřirozené iddhi znamená úspěch, že můžeme dělat různé nadpřirozené věci, jako létání, vidění věcí, které jsou, přibližování vzdálených objektů, rozmnožování se, chození po vodě atd., všechno toto patří do té první nadpřirozené schopnosti, kterou budeme rozebírat.

A pak ty poslední dvě světské, o tom jsem se zmínil, ty nadpřirozené schopnosti pět z nic jsou světské, pět prvních a ta poslední je nadsvětská, ta patří jen buddhům. Ta nepatří těm, kteří stav buddhovství nepoznali. Ale těch pět prvních, ty jsou světské a ty i ten, který je na cestě a i ten, který ještě na cestě není, nedosáhl sótápanna, nedosáhl bódhisattva bhúmi, ten je může získat jestliže má silnou koncentraci a jestliže dobře praktikoval ty čtyři základy nadpřirozených sil.

A tři z nich jsou nejdůležitější a v buddhistické tradici naše párami, naše dokonalosti jsou v mnohých ohledech závislé na těchto třech vědách doslova – *tévidždža*, a to jsou ty iddhi, což se dá přeložit jako schopnost transformace nebo úspěch v transformaci, o tom budeme mluvit, můžeme pomocí mysli transformovat vědomí a tělo na vědomí vázané, takže se můžeme objevovat v různých formách atd., tomu se říká schopnost proměny na základě úspěchu v praxi těchto základů nadpřirozených sil.

A pak, co je důležité pro vipassanu, obzvláště to jsou ty schopnosti, které Buddha použil pod stromem osvobození, kde dosáhl toho čeho dosáhl a to je schopnost se upomínat na nesčetné minulé životy - *pubbé-nivásánussati* v pálí a *dibbačakkhu* – božské oko, které je schopné nejenom vidět to, co je na druhé straně zdi, ale je schopné i vidět jak my bytosti na základě našich samskár – formací vůle, na základě naší karmy jdeme ze života na život. A ty samozřejmě se doplňují. Znalost minulých životů a schopnost vidět, jak bytosti po smrti do jakého stavu se dostávají, na základě jaké karmy. Tyto dvě schopnosti Buddha použil, aby získal hluboké poznání závislého vznikání, které mu otevřelo oči a tomu se říká: otevřelo se dharma oko, kterým mohl vidět nesčetné světy, jak jejich vytvoření, jejich zánik. A stejně tak proces vytvoření bytostí a zánik bytostí, protože proces vytvoření bytostí a zánik bytostí, proces vytvoření světů a zánik světů jsou procesy, které na sebe navazují. Neb je důležité pochopit z hlediska jakéhokoliv náboženství, jakékoliv duchovní nauky, bytosti jsou významem světa.

Svět jiný význam nemá než ten význam, který mu dají právě bytosti. To je rozdíl mezi duchovními vědami a mezi pragmatickou vědou. Význam světa je k nalezení pouze v bytostech.

A teď se tedy dostáváme do první nadpřirozené znalosti a to je nadpřirozená znalost transformací, transformací ducha doslova. Stojí za vysvětlení též to, že podle Visuddhimaggy ty iddhi mají velice široký význam. Visuddhimagga vysvětluje deset druhů iddhi. A proč to vysvětluji, protože s tím se zde vlastně též setkáváme v Kumáradžívově vysvětlení.

První iddhi, tedy první úspěch v nadpřirozených silách, v nadpřirozených znalostech je *adhitthána iddhi* – rozhodnutí, síla rozhodnutí. Jelikož jsme dobře praktikovali ty čtyři základy my na základě síly rozhodnutí stát se lehkým, my se staneme lehkými. Jestliže se chceme stát dvěma bytostmi, staneme se dvěma bytostmi. Na to samozřejmě potřebujeme, jak Visuddhimagga též vysvětluje se dostat do *parikamma džhány* - přípravné džhány, což je vlastně přístupová džhána.

Tyto přístupové džhány pak na základě kasiny Visuddhimagga též vysvětluje, což je neskutečně zajímavé a to jsou praxe, které se dnes praktikují též v klášteře, ve kterém jsem byl vychován. Je to běžná praktika po tom, co meditující zvládl džhány, praktikuje právě těchto 14 cvičení vysvětlených ve Visuddhimagga. To že vstupuje postupně z jedné džhány do druhé, pak z nižších džhán do těch nejvyšších, z nejvyšších do těch nižších, pak z nejnižších do vyšších, z vyšších do nejnižších společně, pak mění kasiny, v théravádové tradici se hlavně praktikují tyto nadpřirozené schopnosti na základě praxe kasin. Musíme ovládat osm základní kasin. Kasin máme deset. Osm základních. Bezprostředně je musíme ovládnout, abychom získali tyto nadpřirozené síly. Čili čtyři základní barvy kasiny, jiná barva se nehodí k té džháně, kromě těch čtyř základních barev, to je též jedna ze záhad našeho vědomí, které ještě nebyly moc prozkoumané. Proč zrovna jen tyto barvy umožňují hluboký stav dhjány, jiné barvy se k tomu nehodí. To je bílá barva. žlutá barva, červená barva a modročerný odstín barvy - čili barva noci. Můžeme použít též modrou barvu i černou. Takže je to všechno mezi modrou a černou barvou.

A pak elementy. Země, voda, oheň a vítr. Na základě mentálního obrazu těchto elementů, kterému potřebujeme, jestliže pracujeme na zemi, potřebujeme speciální druh země, speciální barvu, ne každá země se hodí k praxi kasiny země. Cihlová barva je ideální. Atd. Prostě musíme se stát mistry těchto osmi základních kasin, které nám umožňují mistrovství v těch mentálních obrazech těch barev a prvků. Ty prvky mají tzv. tři formy. Je konvenční země, to je země, kterou vidíme normálně. Ať už je černá nebo šedá nebo červená – tomu se říká konvenční země - *pakkuti pathaví.* Pak máme lakkhana pathavi, máme skutečnou zemi, tak jak ji popisuje abhidharma, tzn. tvrdost, měkkost, hrubost, hladkost – to jsou kvality země, které musíme prozkoumat, abychom zemi pochopili tak, jak skutečně je, to znamená přímým poznáním, to znamená tělesným vědomím. To, co tělesné vědomí přímo pozná, než pozná stůl atd., a dá si věci dohromady.

A pak máme tzv. kasinu země. A to je ten mentální obraz na základě hluboké koncentrace. A všechny tyto prvky, barvy i prvky vytvoří jasné mentální obrazy, které pak meditující mění zase

podle pořadí, zase nahoru a zase dolů a pak společně a pak přeskakuje džhány, přeskakuje ty objekty džhán, ty kasiny. A tím se stává jeho mysl to, co najdete též ve všech vysvětleních těch nadpřirozených sil, abychom použili nadpřirozené síly, první mysl musí být prostá všech zašpinění, musí být *parišudha*, musí být úplně čistá, musí být *mudubhúta*, musí být ohebná, musí být nehybná, což je jedině ve čtvrté dhjáně. Jestliže má tyto kvality, tak pak na základě těch čtyř základů nadpřirozených sil my vystoupíme do té přípravné nebo přístupové džhány a pak, na základě rozhodnutí my se můžeme dostat do těchto stavů úspěchu. Můžeme se stát lehkými, naučit se létat atd. To je jak se praktikuje v théravádě. A to je všechno na základě této rezoluce – rozhodnutí, tak a ne jinak.

Samozřejmě, jestliže jsme dlouho nepraktikovali energii, entuziasmus, čistou mysl a moudrost na základě správného rozmýšlení, tak to pro nás nebude dostupné. To je jasné.

Dále *vikubbana* – přeměna. Totéž máme v textu. My se můžeme dle potřeby přeměnit v to, co chceme. Vstoupíme do příslušné džhány, dáme to rozhodnutí, tím vstoupíme do čtvrté džhány zároveň s tou nadpřirozenou schopností. Jaký je rozdíl, to je důležité vědět, jaký je rozdíl mezi džhánou a džhánou, která je základem pro nadpřirozenou schopnost. Jestliže jsme ve čtvrté džháně a nemáme tu nadpřirozenou schopnost, na základě dlouhé praxe těch čtyř základů nadpřirozených sil, o kterých jsme mluvili minule, tak my se spojíme s objektem tj. mentálním obrazem, který jsme použili k tomu proniknutí objektu, ke splynutí s objektem a mysl se nehýbe.

Proto, jak Visuddhimagga, jestliže jsme mistři dhjány, tak se praktikuje dodnes, musíme praktikovat pět tzv. mistrovství ve dhjáně. Jestliže chceme do dhjány, okamžitě ten objekt tam bude, nepotřebujeme ho hledat, protože udělal hluboké stopy ve vědomí. Okamžitě s ním můžeme splynout, v momentě, kdy s ním splyneme my se rozhodneme, jak dlouho zůstaneme v tomto stavu splynutí. Vystoupíme po té době, prozkoumáme – protože džhána není nirvána a džhána je též založena na příčinách a důvodech – prozkoumáme ty příčiny a důvody, kterým se říká *džhána anga*. A vystoupíme z té džhány bez jakéhokoliv úsilí.

Těchto pět mistrovství musíme dobře praktikovat, abychom byli schopní pak praktikovat ty nadpřirozené síly. Na základě rozhodnutí, to rozhodnutí pak vede k přeměně. Jak Visuddhimagga vysvětluje, naše mysl a naše tělo splynou v jedno. Tak jako, jak Visuddhimagga vysvětluje, tak jako železo a oheň. Když železo a oheň splynou v jedno, tak železo se stane tekuté. Stejně tak, jestliže mysl a rozhodnutí se stane jedno, tak ta mysl přemění tělo. A tělo pak může létat, tělo se pak může měnit v mnoho těl. Proč? Protože třetí iddhi, třetí úspěch je, abychom získali hlubokou schopnost přeměn, musíme se naučit tzv. *manómaja kája iddhi*, schopnost úspěchu v myslí zapříčiněném těle, tzn. my můžeme vytáhnout mysl z těla, tak jak vysvětluje Visuddhimagga, jak vysvětluje Patisamhidámagga – tak jako bojovník vytahuje meč z pochvy, my vytáhneme mysl z těla. A to můžeme jedině udělat, jestliže máme mistrovství v dhjáně. Protože stav dhjány je, jestliže opravdu získáme hlubokou dhjánu, že tělo prakticky přestaneme cítit. K tomu samozřejmě potřebujeme perfektní tělo, ne jako máme my, ale

perfektní tělo jogína, ten může silou vůle vytáhnout ducha z těla. A totéž je jedině možné na základě mistrovství v síle rozhodnutí. Jestliže to mistrovství nemá, nikdy se tam nedostane.

Iddhi znamená úspěch, ten úspěch můžeme též přivodit na základě znalostí, na základě znalostí my též můžeme získat přeměnu. My též můžeme na základě samádhi získat přeměnu. I na základě činnosti můžeme získat přeměnu. Na základě karmy můžeme získat přeměnu. Jsou v dnešní době asi řídké, ale v době Buddhy některé bytosti, díky minulé praxi se narodily už s těmito nadpřirozenými schopnostmi. Nebo je můžeme získat na základě, což je i běžné v Indii u některých jogínů, na základě různých přípravků, toxických přípravků, které umožní též nadpřirozené síly. To je šamanská tradice. Tomu se říká *vidžámája*. Na základě mantry můžeme získat nadpřirozené síly, jestliže pracujeme s mantrou.

A nejdůležitější, protože do těch nadpřirozených sil patří též síla znalosti, že ty důvody příštích životů byly vyčerpány, to je ta nejdůležitější, to je ten nejdůležitější úspěch, co se týče meditace a tomu říká *sammá pajoga paččaja*. Tzn. když jsme správně meditovali, dosáhneme ten úspěch v nadpřirozené znalosti poznání, že pro nás stav samsárické strasti je ukončen. Čili, jak vidíme, tyto iddhi, přeměny mají široký význam. Ale zde se jedná, v našem textu a vůbec ve vysvětlení, jak máme v Patisambhidamagga, Visuddhimagga, se jedná hlavně o přeměny na základě schopnosti létat, na základě schopnosti chodit po vodě, na základě schopnosti se změnit z jednoho těla na mnoho těl a z mnoha těl zase na jedno tělo. Zde se jedná především o tyto schopnosti.

Kromě toho ještě text jelikož to je uvedeno též v našem textu, existuje též v buddhistické tradici, jak v theravádě, tak i v mahájáně, existuje *iddhi-pátihárija* – pátihárija znamená vlastně též nadpřirozená síla, zázrak. Pátihárija znamená zázrak. Čili schopnost provádět zázraky. A schopnost provádět zázraky v buddhistické tradici, a to máme též v našem textu, jestliže chcete pochopit tu sekci, které se dnes věnujeme, jsou tři. Zázraky na základě úspěchu jsou tři. První je ten základ, na základě předsevzetí my můžeme létat, my můžeme se znásobit, můžeme chodit po vodě atd., můžeme skočit na měsíc, nepotřebujeme na to raketu. Jestli tomu máme věřit, tak v době Buddhy byli i takoví jogíni, kteří ty schopnosti měli.

A druhá je *ádesana*. Ádesana znamená, že máme schopnost učit. Učit tak jako Buddha a velcí arahaté, bódhisattvové dělají, učit tak, že poznáme vědomí bytostí, jejich schopnost přijetí, to je též vlastně zázrak, to je též spojeno se schopností číst myšlenky druhých. Tak my pak můžeme bytosti učit, to je obzvláště důležité pro ty, kteří chtějí praktikovat dokonalosti. My můžeme bytosti učit na základě čtení jejich vědomí, co jsou schopné pochopit, nejsou schopné pochopit, jaké mají minulé praktiky, které jim umožňují jaké pochopení. Všechno toto, to jsou zázraky obzvláště, privilegia buddhů a velkých bódhisattvů a velkých arahatů. Obyčejní arahatové tyto schopnosti nemají. Ale tato schopnost ádesana pátihárija – schopnost zázraků učení obzvláště patří Buddhovi. Buddha má perfekci v tom, že je schopen učit jakoukoli bytost, v jakékoliv sféře existence, podle jeho schopností. Tomu se říká ádesana.

A pak máme *anusásana (anušásana).* Anušásana je schopnost učit přesně ve správný čas, přesně ve správnou dobu, přesně ve správných podmínkách, přesně podle příležitosti jak se

sluší a patří. To je též vlastně schopnost Buddhy, kterou byl schopen překonat i ty největší nepřátele, kteří ho chtěli i zabít nebo kteří mu chtěli uškodit, různé druhy démonů, tím, že přesně reagoval na situaci a tím si je mohl podmanit.

A teď se podíváme na text. Vysvětlili jsme ty hlavní aspekty, podíváme se na text samotný.

V době Kumáradžívy, jak už jsem se zmínil, hínajána, mahájána nebyly tak rozdělené, jako postupně po dalším vývoji buddhismu. V té době, to byla doba gupta, doba největšího rozkvětu indické kultury, doba velké tolerance, kdy veškeré náboženství existovala vedle sebe. Ačkoli král měl většinou více sympatií pro hinduismus, hinduismus v té době se obnovil, tak stejně podporoval podle Manusmrti, indický zákon tvrdí, že král, který nepodporuje všechny askety, bráhmany, nemůže být dobrý král a lid se ho může zbavit, jestliže to neděla. Tak podle této povinnosti krále on podporoval vlastně všechny bráhmany a všechny askety, všechny šramany. Čili buddhismus též kvetl v této periodě, džainismus též kvetl v této periodě a vlastně hlavní směry indické filosofie se též formovaly v této periodě.

A Kumáradžíva, jelikož získal vzdělání ve škole sarvástiváda, vaibhášika a jeho učení vlastně založené též v tomto textu na doktrínách vaibhášika, které v některých aspektech jsou hodně vzdálené théravádě. V některých jsou blízké. Ale jsou rozdílné. On se snaží žáky familiaritou jejich učení, on se je snaží přemluvit k tmu, aby získali entuziasmus pro studium cesty bódhisattvů cesty, která vede k neduálnímu poznání. A neduální poznání je, alespoň z hlediska mahájány, je to nejvyšší poznání. To neznamená, že všichni théravádoví nebo žáci myslí dualisticky, al jejich myšlení je založené na sútrách, které umožňují dualistický přístup. Jsou též sútry jako Sutta Nipáta[447], které umožňují nedualistický přístup. To neznamená, že théraváda, kdo studuje théravádu, musí mít dualistický přístup, to je nesmysl. V théravádovém učení najdeme též nedualistický přístup, obzvláště Sutta Nipáta, což byl zdroj pro verše Střední cesty Nágardžuny, který necituje žádné mahájánové sútry, ale cituje právě Sutta Nipáta, aby vysvětlil nedualistický přístup k buddhistickému poznání.

A teď Nágardžuna (?) vysvětluje, že arahat, který chce mít dokonalosti, dokonalosti znamená síla probuzení. I théravádové komentáře vysvětlují, že schopnost arahata závisí na jeho schopnostech v praxi dokonalosti. Proto máme běžné *arahaty*, *pakati*[448] *arahaty*, máme velké arahaty a máme nejvyšší arahata, jako Šáriputra, Maudgaljájana. A toto rozdělené je na základě jejich schopností v praxi dokonalosti. A obzvláště též na jejich schopnosti plně praktikovat lásku a soucit. Láska a soucit je důvodem stát se bódhisattvou.

A teď Kumáradžíva praví, že ten arahat, který má lásku a soucit by měl právě meditovat tak, že musí získat tyto nadpřirozené schopnosti, aby mohl sloužit bytostem. Co znamená sloužit bytostem? Pomoci jim dostat se nad strast. To je proto ten, kdo studuje buddhismus vlastně

---

447 Jedna z knih, obvykle pátá, Khuddaka nikáji. Skládá se z pěti vág - Uraga, Kula, Maha, Atthaka a Parajana - první čtyři sestávají z padesáti čtyř krátkých textů, zatímco pátá obsahuje šestnáct sutt. Dighabhanakové zařadili Suttu Nipatu do Abhidhamma Pitaky (DA.i.15). K Sutta Nipatě existuje komentář, který napsal Buddhaghósa a který se nazývá Paramatthadžotika. Online anglicky

448 pakati: původní nebo přirozená podoba; přirozenost.

je buddhadása, je otrokem Buddhy tím, že na sebe bere to břemeno, nejenom aby sám sebe dostal ze stavu strasti, ale aby též uvedl bytosti na správnou cestu, která vede ke konci strasti. A tím, čím větší nadpřirozené schopnosti bude mít, tím bude mít větší schopnost těchto zázraků, hlavně zázraků v učení, aby správně učil a správně poznal situaci kdy má učit a jak má učit. O tom jsme mluvili, ty tři zázraky, které Buddha obzvláště cenil. A tím bude moci opravdu sloužit mnohým bytostem. Jestliže je nebude mít, tyto tři zázraky, zde jsem mluvil o tom prvním, o těch nadpřirozených silách, no tak nebude moci sloužit mnohým bytostem.

A přichází otázka, která má co dělat s tím prvním úspěchem, to je úspěchem v rozhodnutí, odhodlání, rozhodnutí zde znamená též odhodlání *adhitthána* je doslova odhodlání, nejenom odhodlání, ale stát na odhodlání. My můžeme mít odhodlání, ale nejsme nikde, my musíme na tom odhodlání stát. Pak je to skutečné odhodlání. Jestliže my máme odhodlání a budou překážky, tak to žádné odhodlání, které k úspěchu vede, nebude. Odhodlání je jenom skutečné odhodlání, jestliže na tom odhodlání stojíme. Ať už překážky jsou sebevětší, my na tom stojíme.

V Indii alespoň, obzvláště v době Buddhy se věřilo, že ty božské bytosti, ty nágové a démoni, všichni mají nadpřirozené síly, protože v nich ten element ohně je silný, tak v nich je element větru, který věcmi hýbe je predominantní, proto oni se můžou lehce stát tím stavem, co si přejí. Jestliže chtějí létat, tak se stanou lehkými, jestliže chtějí chodit po vodě, tak na základě kasiny země budou schopni chodit po vodě, protože rozprostřou tu kasinu země na vodu. A tím pádem oni mohou regulovat ty charakteristiky vlastnosti elementů myslí. Čili tvrdé mohou udělal měkké, těžké mohou udělat lehké, to co je koheze mohou nechat plout, to co je studené, mohou udělat teplé, to co se těžko hýbe, mohou zapříčinit, aby se lehce hýbalo. A pro tyto bytosti praxe nadpřirozených sil je lehká. Protože u nich ty lehké elementy jsou predominantní.

Jsou těžké elementy, což je obzvláště země, ale též voda, ale hlavně země. A pak lehké elementy, to je oheň a vítr. V těchto bytostech oheň a vítr jsou predominantní, proto pro ně létání je jak hračka. U nás, my máme těžká těla, protože element země je predominantní, jak se můžeme naučit létat? Ptá se udivený posluchač.

Element země se hýbe elementem vody. Element vody se změní elementem ohně. Element ohně se změní elementem větru. A to znamená, že my můžeme změnit ten poměr těch vlastností na základě rozhodnutí, na základě vůle. A dává příklad, že jelikož opice může spadnout ze stromu a neublíží si, my když spadneme ze stromu, tak se už asi nezvedneme. Z vyššího stromu. To je možné tím, že právě opice může reagovat lehkostí mysli. My, pokud se tu lehkost mysli nenaučíme, tak my když dopadneme z vysokého stromu, ublížíme si, jestli budeme mít smůlu, můžeme i zemřít. Na základě síly mysli my můžeme změnit, to je důležité a jestliže budete praktikovat důležitou praxi zkoumání čtyř elementů, meditaci na čtyři elementy – já jsem to též kdysi tady učil – tak můžete ten poměr kvalit elementů silou mysli změnit. Moje známá mniška v Barmě, která usilovně praktikovala čtyři základy nadpřirozených

sil, dostala rakovinu a na základě mistrovství kasiny ohně byla schopna tu rakovinu spálit. A uzdravila se sama.

A teď vysvětluje text jak praktikovat. To už jsem vlastně vysvětlil. Jestliže chceme se naučit létat, vezmeme se kasinu větru, kasinu větru získáme tím, že se koncentrujeme třeba na konec listu, když se hýbají ve větru. Vznikne mentální obraz, my se koncentrujeme na ten mentální obraz, stane se jasným mentálním obrazem. Jestliže jsme dlouho, dlouho praktikovali ty čtyři nadpřirozené síly, tento obraz, dostaneme se do přístupové džhány a pak rozhodnutím, že tělo se stane lehké jako vítr se dostaneme do té čtvrté džhány. A v té čtvrté džháně se rozhodneme, že se nadlehčíme a nadlehčíme se. Silou vůle, silou právě té *adhitthána* iddhi – úspěchu v rezoluci, v rozhodnutí.

A budeme pokračovat příště, skončíme tady. Dokončíme příště tu první nadpřirozenou znalost přeměny na základě ducha a přejdeme na druhou nadpřirozenou znalost, tzn znalost božského sluchu. A pak probereme ty zbylé nadpřirozené schopnosti a tím skončíme vlastně tuto část textu a celý text. A pak můžeme podle situace začít s jiným textem. Tak pro dnešek asi takto. A jestli jsou nějaké otázky, tak je můžeme probrat.

> Otázka: Když jsou nadpřirozené síly často brány třeba jako vedlejší cesta nebo vedlejší produkt cesty a Buddha přece někde i varuje před zneužívání těch sil, proč jim klade takový důraz? Vy jste částečně třeba i vysvětlil. Je to něco podstatného nebo proč si myslíte, že je k tomu kladen takový důraz v suttách a v textech?

Protože jsem vysvětlil. Ty tři zázraky jsou nejdůležitější. Jestliže chceme získat ty hluboké dokonalosti. My musíme mít neskutečně silnou vůli rozhodnutí přeměny těla, abychom se vyvarovali různým překážkám, tak jak to dělají buddhové velcí, bódhisattvové i velcí arahati se těmi nadpřirozenými silami vyvarovali neskutečných překážek, kterých my nejsme schopni se jich vyvarovat. A pak hlavně to vede – o tom budeme mluvit – k síle schopnosti poznat smysly druhých, pak je můžeme správně učit. Jestliže my nepoznáme smysly druhých, schopnosti druhých, jak je můžeme správně učit, protože my pak budeme mluvit o něčem, co pro ně nedává žádný smysl? A nebudeme brát ohled na jejich schopnost přijetí a na správný čas, na správné podmínky. A tím pádem my nemáme schopnost nikoho ovlivnit. A Buddha učil ve všech tradicích:

Praktikujte proto, abyste posloužili mnohým a abyste mnohým dali štěstí.

A skutečné štěstí je dostat se nad strast. A buddhismus neučí nic jiného než jak se dostat nad stav strasti. Stav strasti není přirozený stav, ale je stav díky nevědomí, díky *aviddža*. A my můžeme nevědomí jedině odstranit, znalost odstranit jedině znalostí a ta znalost je speciální, hluboká síla ducha. Proto jsou ty nadpřirozené schopnosti tak důležité. Jestliže tu sílu ducha nemáme, my je nezískáme. Ovšem můžeme je též zneužít jako Dévadatta a udělat mnoho zla.

V2tšinou ty bytosti, které v historii udělaly mnoho zla, nejenom málo zla, byly bytosti silné vůle. Ale ony tu silnou vůli použili – silná vůle je základem mocné karmy. Mocná karma může být buď na straně dobra a může být též na straně zla. Ale bez mocné vůle, bez mocného ducha my nic intenzivně hlubokého neuděláme. To je důležité pochopit. Buddha se stal Buddhou právě díky síle jeho ducha. A síla ducha je na základě těchto tří učení šikšá, které jsou vlastně obsahem buddhismu. Síla *šikša samádhi, vi-šikša a paňňa šikša, pratjá šikša.* Tyto nadpřirozené síly, ty jsou výsledkem samádhi šikša – úspěchu v samádhi šikša. Úspěchu v praxi jednobodové koncentrace.

A bez těchto úspěchů v praxi jednobodové koncentrace my se k té hloubce poznání, kterou můžeme použít na získání nadpřirozených schopnost vidět své minulé životy, tím pádem pochopíme karmu, vidět životy druhých, vidět myšlení druhých, vidět různé zvuky vzdálené i blízké, jak božské, tak i mezi lidmi a mezi jinými bytostmi. Tím pádem můžeme se rychle učit. Všechno toto jsou síly mysli. A bez síly mysli my nic nedokážeme, jak v světském životě, tak i v praxi, která vede k realizaci. Čili Buddha je samozřejmě chválil, ale též poukázal na možnost jejich zneužití. Vše dobré jestliže to nesprávně použijeme se stane negativním. Jed hada je důležitá medicína, ale může i lidi usmrtit. – Je to jasné?

> Otázka: Chtěl jsem se zeptat na arúpa-dhjána. Když se praktikuje arúpa-dhjána, tak potom když by chtěl pracovat s iddhi, jako s kasinou, tak se zase jako vracím z arúpa dhjány k savikalpa, k nějakému jako objektu, ano?

Toto je všechno na základě čtvrté dhjány. To neznamená, že jestliže minulou praxi, můžeme teoreticky, to vysvětluje i náš text, můžeme ty nadpřirozené znalosti získat v první, druhé, třetí, nižších džhánách. Ale čtvrtá džhána je ideální, jak pro vipassanu, tak i pro tyto nadpřirozené znalosti. Ale abychom získali sílu mysli, na to je praxe arúpa džhán obzvláště důležitá, protože ty umožní ještě hlubší koncentraci. Ne hlubší moudrost, ale hlubší koncentraci. A tu hlubší koncentraci člověk potřebuje, aby když ji spojí se základy nadpřirozených schopností, pak mohl, na základě rozhodnutí, měnit svou podobu atd. o čem jsme mluvili.

Samozřejmě v těch arúpách on nepraktikuje tyhle ty přeměny ducha. On je praktikuje ve čtvrté dhjáně, kde ještě ty formy jsou. Tam už v neforemnu se žádná forma nestane objektem, neměla by se stát objektem pozornosti.

> Otázka: A technicky to je možné, z té arúpy jít vlastně k tomu objektu z hlediska procesu energetizace atd.?

No samozřejmě. Jak vysvětluje Visuddhimagga, musíš se naučit přeskakování džhán. Ne z první do druhé, ale z první do třetí, z třetí do první a z první arúpa do třetí arúpa, z třetí arúpa zase do první džhány, z první džhány zase do třetí. A zase na druhou stranu. Tím pádem získáš tu

neskutečnou flexibilitu a jemnost vědomí, aby na základě rozhodnutí, ty si pak mohl putovat z těla. Tak se to cvičí dodnes.

Tak to musíš praktikovat léta, letoucí. A musíš na to mít prostředí, musíš být zásoben. A to všechno v našich podmínkách není možné. Ale v Barmě to možné je, v těch klášterech. A dodnes se to praktikuje. A v Tibetu též. Oni dělají ty tříroční retreaty, jestliže to dělají mnohokrát, pak pro ty pokročilé se to též učí. Učí se to trochu jinak, než jak to vysvětluje Visuddhimagga. Aspoň z těch informací, co já mám.

Tak to je všechno? Nikdo nemá žádné otázky? Sbalíme parlament.

Předáme zásluhy.

Praxe psychických schopností

Kumáradžíva

Otázka: Která z nadpřirozených sil vzniká jako první?

Odpověď: Meditující může začít tou, která se mu líbí.

Otázka: Je-li tomu tak, proč se nejdříve praktikuje[449] psychická síla duševní transformace?

Odpověď: Pět nadpřirozených sil může pro vnímající bytosti mnohé vykonat. Proč tomu tak je? Arahant, který je osvobozen moudrostí, když dosáhne [ovoce] arahatství, může takto uvažovat:

"Existují vnímající bytosti s velmi otupělými schopnostmi, které nevěří v buddhistickou cestu a znevažují Buddhovo učení. Nyní jsem uskutečnil to, co je těžké získat, totiž nadpřirozenou sílu vyčerpání zákalů. [Znevažování učení] způsobuje, že bytosti upadají na špatnou cestu, a proto musím dát vzniknout nadpřirozené moci, abych je obrátil. Kromě toho Buddha prospěl bytostem díky svému velkému soucitu. Co se týče mě, jakožto jeho žáka, měl bych bytostem pomáhat a prospívat jim pomocí nadpřirozených sil, aby získaly užitek tady a teď."

Psychická síla transformace může ovlivnit vznešené i nízké a všechny si podmanit. Ostatní nadpřirozené síly to nedokážou. Proto je psychická síla duševní transformace na prvním místě.

Otázka: Tělo božských bytostí září, protože v něm převládá prvek ohně, a proto jsou také schopny rychle létat kosmem. Tělo hladových duchů je lehké a [pohybuje se] rychle, protože v nich převládá prvek větru, nenarážejí na žádné překážky. Jsou lehcí a rychlí. Nágové mohou duševně vytvářet vodu, protože v nich převládá vodní prvek, proto jsou také schopni přeměňovat svá těla. V lidském těle převládá prvek země, takže mají jen malou pohyblivost. Jak tedy mohou létat?

Odpověď: Lidé se špatně pohybují, protože v jejich těle převládá těžký zemský prvek, a proto se snaží naučit nadpřirozeným schopnostem. Kdyby byli jako bohové nebo duchové, k čemu by jim byly nadpřirozené síly? I když je země těžká, může se pohybovat silou vody. Stejně tak je síla mysli schopna zvednout tělo. Jako například opice může spadnout z vysoké [skály], aniž by si ublížila, ale pokud spadne člověk, zraní se. Je to proto, že (v okamžiku pádu) je mentální síla opice lehká, rychlá a silná, proto se nezraní. Člověk by měl vědět, že tělo se může pohybovat stejným způsobem díky tomu, že síla mysli je mocná. Nebo podobně jako člověk

[449] vikurvana

dokáže plavat, aniž by se potopil v hluboké vodě, a udržet své tělo na hladině díky síle svých mentálních schopností. Proto by měl člověk vědět, že i když je lidské tělo těžké, může vzlétnout do oblak, pokud je jeho mentální síla silná.

Otázka: To zní věrohodně, jak se ale člověk naučí [tuto dovednost]?

Odpověď: Na základě čtyř základů nadpřirozených sil meditující setrvává ve čtvrté dhjáně a jednobodově rozjímá o svém těle jako o zcela prázdném, jako dutina lotosových kořenů. Uchopí vlastnosti lehkosti a rychlosti svého těla a takto nepřetržitě cvičí, dokud jeho mysl a tělo nesplynou[450] jako železo a oheň. Takto v těle zastíní (vyhladí) vlastnosti hrubosti, takže v něm zůstanou pouze [vlastnosti] lehkosti a rychlosti. Díky síle horlivosti a dalším prospěšným mentálním formacím, jako je úsilí a zkoumání, za pomoci odhodlaného úsilí se jeho tělo stane takovým jako oheň v železe, lehkým a ladným. Kromě toho se v jeho těle prolínají čtyři živly a hmota odvozená od čtyř živlů, takže je lehké a tvárné, takže se může pohybovat podle svého přání. Je to podobné, jako když někdo užívá lék, který mu projasňuje mysl, a tím činí jeho tělo lehkým a životaschopným.

Protože např. čtyři prvky a tělesnost odvozená ze čtyř prvků jsou ve sféře jemných forem jasné a průzračné, oči [bytostí], jejichž těla jsou [začleněna] v této sféře, jsou také jasné a průzračné. Tento proces [učení se létat] je podobný učení se skákat, v němž je člověk schopen předčit ostatní díky své píli v praxi[451]. Je to jako když se mládě postupně učí létat dál a dál. Taková je praxe psychické transformace těla. Nejprve se člověk učí pohybovat tělem po centimetrech a postupně může letět daleko.

Tato psychická síla mentální transformace je čtyř druhů: létá na obloze jako pták, způsobuje, že se vzdálené stává blízkým, jedna věc se objevuje odstraněním jiné a [tělo se pohybuje] stejně rychle jako mysl. V jednom lusknutí prstů je šestnáct okamžiků (kšana). Ten, [kdo ovládl psychickou sílu mentálních proměn], by měl být schopen projít nesčetné země, jichž je tolik jako písku v Ganze, v jediném okamžiku. Pomocí této psychické proměny člověk získá vládu nad tělem. Jedno tělo se může stát mnoha těly a mnoho těl se může stát jedním, velké se může stát malým a malé velkým. Člověk se může stát těžkým jako hora Sumeru nebo lehkým jako pírko. Tímto způsobem je praktikující schopen jednat podle svých přání[452].

A navíc, pokud bódhisattva dosáhne této schopnosti mentální proměny svého těla, může projít nesčetné země a bytosti ho vidí, jak se tam ocitá, aniž by se ve skutečnosti pohnul ze svého původního místa. Bódhisattva tak učí Dharmu a obrací bytosti v těchto zemích i ve svém místě[453]. [Nebo] pokud jsou bohové připoutáni ke zvrácenému názoru na stálost, je schopen použít nadpřirozené síly k jejich obrácení. [Nebo] může manifestovat spálení všech zemí v

[450] Srovnej například s Y.B.S. Śrāvakabhūmi ed. K.Shukla: 462
[451] Tamtéž: 463
[452] Srovnej V.M., Iddhividdha-niddesa, tr., 420-445.
[453] O nadpřirozených schopnostech bódhisattvy viz například Daśabhūmikāsūtra, Mithila 1967, vyd. P. L. Vaidya, 22.

kosmu tak, že tamní vnímající bytosti uvidí zkázu spálením, a přesto všechny tyto země nebudou poškozeny. [Nebo] pokud bytosti vyvolají poblouznění a pýchu, projeví se jako Vadžrapáni, který v ruce drží diamantové žezlo vyzařující oheň. Ti, kdo ho spatří, se budou bát a pokoří se a budou ho uctívat.

Někteří lidé si cení podoby svatého univerzálního panovníka, a tak manifestují toto tělo, aby učili Dharmu, nebo manifestují [tělo] Indry či krále [smrti] Máry, nebo se projevují jako Buddhovi žáci či pratjékabuddhové, nebo v těle [plně probuzeného Buddhy, nebo manifestuje jakýkoli druh těla, které se bytostem líbí, aby učili Dharmu. Nebo se bódhisattva může ukázat na obloze se zkříženýma nohama a z celého těla vyzařovat nejrůznější paprsky, aby učil Dharmu. [Nebo] se někdy zjevuje v zemích soustavy světů (kosmu) ověšený nejrůznějšími ozdobami ze sedmi vzácných látek, s prapory a zdobenými baldachýny, [či] na nejrůznějších zábavních místech, aby učil Dharmu. Nebo nechává všechny země soustavy světů, aby se staly jedním oceánem pokrytým modrými a červenými lotosy, a učí uprostřed nich Dharmu. Nebo sedí na vrcholu hory Sumeru a učí Dharmu brahmovským hlasem, takže ji slyší bytosti ve všech zemích. Někdy bytosti nevidí jeho vzhled, pouze slyší zvuk jeho promluvy o Dharmě. Někdy se zjeví v těle gandharvy a nechá bytosti, aby se bavily jeho hrou, a poté je učí Dharmě. Nebo se také může zjevovat jako král Nága a učí bytosti Dharmě prostřednictvím dunivých zvuků hromů. Takto bódhisattva využívá nejrůznějších podmínek a dovedných prostředků, aby předvedl své psychické proměny a vedl tak všechny vnímající bytosti.

> Otázka: Není to tak, že všechny tyto věci vytvořené psychickými transformacemi jsou iluzorní?

Odpověď: Meditující nejprve pochopí, že všechny jevy jsou iluzorní a klamné jako přelud nebo produkt magie. Tak jako lze například z hlíny vytvořit jakýkoli tvar podle svého přání, nebo jako člověk s velkými zásluhami může způsobit, že v létě padá sníh nebo v zimě rozkvétají květiny nebo se zastaví tok řeky, nebo jako mudrc ve svém hněvu může proměnit tygry, vlky nebo lvy v kámen, tak jaké potíže působí použití síly soustředění k psychické přeměně věcí?

Všechny předměty mají navíc své specifické[454] součásti, takže [zkušený meditující] může vlastnosti některých částí rozšířit a zbývající vlastnosti svou psychickou silou zakrýt. Jak vysvětlují písma, bhikšu, který dosáhl mistrovství psychických sil, když vidí velký strom a chce z něj udělat zemi, stane vším, jen ne zemí. Proč tomu tak je? Je to proto, že strom je složen ze země stejně jako z vody, ohně a větru. Stejně tak může člověk podle svého přání proměňovat předměty ve zlato, stříbro a všechny druhy drahých látek. Proč? Protože stromy (atd.) jsou složeny z čistých prvků[455].

---

[454] Qi fen=avayavadharma.

[455] Jing fen = čisté prvky by měly odkazovat na čisté vlastnosti čtyř prvků; tvrdost země atd. - Čisté prvky znamenají čisté vlastnosti prvků, jako je tvrdost země atd., takže lakšana prthvi neboli země ve smyslu čistých vlastností na rozdíl od samvṛtti prthvi neboli běžné země.

Otázka: Jak vysvětlit psychickou proměnu předmětů z něčeho v nic v její podstatě a v jejích detailech?

Odpověď: Existuje rčení, že atomy hmoty pocházející ze čtyř prvků ve vesmíru lze pomocí psychických sil přeměnit do podoby lidského těla. Jako například člověk, když zemře, se znovu narodí podle okolností svých záslužných a nezáslužných činů buď v nebi, nebo v pekle. Podobně je tomu i s kombinací atomů, která vede k tělesné proměně. To jsou charakteristiky nadpřirozené síly psychických proměn věcí.

(30. část)

Vážení přátelé, teď jsme vlastně v konečné části našeho traktátu, který jsem přeložil, od Kumáradžívy, který se týká praxe nadpřirozených sil. Těch nadpřirozených sil vlastně jsou různé kalkulace, ale většinou, když mluvíme o nadpřirozených silách, mluvíme o šesti. A to pořadí, těch šesti je podle súter. V našem traktátu též začíná … iddhi, to iddhi znamená vlastně úspěch, úspěch v čem? Úspěch v transformaci těla, duchovní transformaci těla. A s tím jsme začali, mluvili jsme o tom, abychom mohli praktikovat tu duchovní transformaci těla a potom ty další nadpřirozené síly, musíme praktikovat usilovně čtyři základy úspěchu v praxi nadpřirozených sil.

To znamená na základě úsilí – vírja, na základě čhanda, na základě entuziasmu, na základě čitta, na základě čisté mysli a na základě mímánsa, na základě analytické moudrosti my musíme se snažit, aby naše samádhi bylo perfektní. Podle súter v Madždžhimanikája najdeme např. *Upakilésa sutta*[456]. V ní Buddha vysvětluje, že vlastně pod stromem probuzení, aby se dostal tam, kam se dostal, k plnému stavu osvícení, nejprve úplně vyčistil své samádhi, úplně vyčistil dhjány od všech i těch nejjemnějších *upakkilésa*[457] - zašpinění. A když se mu to podařilo, pak na základě vlastně nadpřirozených sil pronikl stav bytí, jak vnější, tak i vnitřní a hlavně vnitřní, vnitřní a vnější jsou spojené. Z hlediska duchovních věd význam světa jsme my bytosti. Bez bytostí svět žádný význam nemá, protože my bytosti dáváme světu význam. To je důležité pochopit, to je rozdíl mezi pragmatickými vědami a mezi duchovními vědami.

My bytosti, jsme schopni na základě duchovní kultivace, přetvořit naše vědomí i přetvořit naše tělo. Na to potřebujeme čistý stav dhjány. My obyčejní jogíni, i když se snažíme, čistý stav dhjány dokážeme na nějakou kratší dobu. Ale po nějaké době po stavu dhjány se zase znovu objeví jakési jemné myšlenky, jemné počitky. A to jsou též upakkilésa. To jsou též zašpinění, to jsou zašpinění mysli na základě tzv. vásan, na základě našich zvyků. A zvyky v naší

[456] Madždžhimanikája III. 128. A český překlad.
[457] upakkilésa: ‚znečištění' či ‚poruchy'. Více viz Slovník

společnosti jsou zvyky rozpolcené mysli, ne zvyky sjednocené mysli. My jsme zvyklí pracovat s rozpolcenou myslí. A rozpolcená mysl je stav nečistoty na základě našich minulých zvyků.

A Buddha dosáhl toho, čeho dosáhl, že se zbavil všech nečistot vědomí a spolu s nimi i zvyků, těch *vásan*, které – i když nevedou ke karmickým činům ve stavu *arahata*, probuzení arahata – stále vlastně ovládají do jisté míry naše jednání. Čím více pokročíme v meditaci, tím více si toho budeme vědomi, jak naše zvyky vlastně ovlivňují naše vědomí. Jestliže nemáme hlubší zkušenost v meditaci, my to považujeme za normální stav. Tím, že máme jisté zkušenosti s meditací, tento stav vidíme též jako stav zašpinění vědomí. Stav nesjednocení vědomí je stav zašpinění vědomí. Rozdíl mezi arahatem a námi je, že arahat i v těchto jemných stavech zašpinění vědomí nikdy neztrácí *sati* – bdělou pozornost. Tím pádem ty minulé zvyky nevedou k další karmě. Ale v našem případě mohou vést k další karmě a jestliže chceme být arahatem, my nechceme produkovat další karmu. Jestliže praktikujeme cestu bódhisattvů, pak my chceme perfekci v činech. A to je daleko těžší než se odpojit od činů.

A síla našeho probuzení, síla našeho osvícení závisí právě na síle dokonalosti. O tom jsme mluvili před tím. A ty nadpřirozené bytosti jsou produktem dokonalosti v praxi dhjány, v praxi samádhi. O tom jsme též mluvili.

- A tedy první je transformace na základě vědomí, transformace tělem na základě vědomí.
- Druhá nadpřirozená síla je božský sluch – *divjašrótra*.
- Další je paračitta dhjána – znalost myšlení druhých bytostí.
- Čtvrtá je znalost minulých životů.
- Pátá je božské oko, to je obzvláště důležité.
- A šestá je znalost, že veškeré karmické vázanosti, důvody budoucích zrození byly vyčerpány. Tím pádem důvody a příčiny budoucích zrození byly vyčerpány.

To je šest nadpřirozených schopností a ty tři poslední – tj znalost minulých životů, znalost božského oka, které je schopno vidět, jak my bytosti na základě karmy se zrozujeme a umíráme. Kromě toho, že je též – o tom budeme mluvit – má mnoho aspektů vidění toho, co je za zdí atd. A znalost minulých životů. A tyto tři poslední se nazývají *tévidždža*. A ty patří těm, kteří hluboce praktikovali. Všichni ti, kteří dosáhnou stav velkých arahatů oproti obyčejným arahatům, mají tyto tři znalosti, doslova tři vědy – vidža, stejně jako česká věda, od stejného kořene… Tyto tři vědy dělají probuzení velkým probuzením. Čili máme arahaty s *tévidždža* a máme *pakati arahaty*, kteří tyto tři vědy, znalost nespočetných minulých životů, znalost tohoto, jak na základě důvodů a příčin se bytosti rodí v různých stavech existence a znalost, že neexistuje dále příčina dalšího zrození. V případě samozřejmě bódhisattvy, podstatou praxe bódhisattvy je, že si tyto příčiny vytváří. Ne, že se straní procesu zrozování, ale on se učí ho řídit. Tak, aby dosáhl to, jako Buddha, že vědomě vstoupí do lůna, vědomě zůstává v lůně, vědomě vychází z lůna a vědomě zase umírá.

My jsme začali, probrali jsme ty čtyři základy nadpřirozených sil. Bez nich nikdo nadpřirozené síly nemůže dosáhnout, protože to jsou základy. Čím více je praktikujeme, tím vlastně ten

přístup k nadpřirozeným silám bude snadnější. A my jsme začali s tou první, ta je první v pořadí, to je praxí – psychické síly transformace těla na základě vědomí, transformace hmoty na základě vědomí.

První bod jsme probrali a teď jsme u druhého bodu, kde se meditující ptá, že tyto síly transformace těla na základě vědomí jsou celkem přirozené ve stavu boží existence nebo andělské existence – podle naší tradice, ale pro nás, obyčejné bytosti, v nás je to, čemu se říká – hrubost. Hrubost čtyř elementů. Tato hrubost čtyř elementů zapříčiňuje to, že naše těla nejsou tak ohybná, jsou těžká a právě proto my s takovými těly provádět transformace je skoro nemožná věc.

Ovšem tato možnost se naskýtá jestliže my se naučíme hlubokou koncentraci. V hluboké koncentraci my prožíváme stav nebeských bytostí. Jak bychom měli vědět, v buddhismu stav existence závisí na stavu vědomí. Stav vědomí určuje stav existence. Máme tři sféry existence. Ta sféra existence, ve které se nacházíme je sféra existence, kde naše smysly pracují na základě pěti smyslů. Když pomyslíme na to, na co myslíme během dne, myslíme na to, co jíme, co pijeme, co vidíme, co slyšíme, čeho se dotýkáme, co slyšíme. A to je zdroj našeho myšlení. A tím pádem naše myšlení se roztahuje. Tomuto procesu roztahování vědomí na základě přání se říká *prapaňča*[458] – to je expanze vnímání, počitků a vědomí na základě toho, čemu se říká *tanha*. Na základě žízně, na základě přání. Máme to přání, zase jiné přání, mnoho, mnoho různých přání a vědomí se rozpíná. To rozpínání vědomí na základě přání se nazývá *prapaňča* v józe.

A díky tomu stavu prapaňča my se nacházíme ve hrubém stavu vědomí – *dauhštilja*. Buddha kromě jiného vysvětluje proces osvobozování jako proces zbavování se hrubého a získávání jemného. To jemné, to ohebné, to které má právě schopnost vyzařovat jako božská existence, tomu se říká *prašrabdhi*, stav jasnosti a uvolněnosti. Stav hrubosti vede k opaku, neuvolnění, stresu a stavu bez jasnosti. A to je právě na základě našich zvyků. Jelikož máme špatné zvyky, nacházíme se v hrubém stavu. Hrubý stav vědomí ovlivňuje hrubý stav těla. Jelikož tělo a vědomí jsou úzce spojené. Stav existence je stav spojení vědomí s tělem. Jestliže vědomí je hrubé, tělo též bude hrubé. Jestliže je vědomí jemné, tělo se též stane jemným.

Těla božských bytostí září, jelikož jejich elementy, které jsou základem těla, jsou jemné. Naše těla nezáří, proto my se nacházíme v hrubých tělech. Účel jógy kromě jiného je též překonat tento stav hrubosti. To je účel jógy, ať už buddhistickým způsobem, džainistickým způsobem, sánkhja, védánta, stejný princip ve všech systémech jógy – stav hrubosti je stav utrpení, stav jemnosti je stav štěstí. Proč? Protože ve stavu dhjány člověk netrpí. Mentální utrpení přestává ve stavu hluboké koncentrace. To je třeba pochopit. V samádhi neexistuje utrpení. Jestliže člověk vystoupí ze samádhi, znovu utrpení nastane, pokud objekt samádhi je světský objekt,

[458] prapaňča, papañča: sféra subjektivního světa a jeho projevy v souvislosti se šesti smyslovými oblastmi, tedy zásadní překážka na cestě k procitnutí.

jako dech, jako barva něco, co se dá uchopit. Proto rozlišujeme světské samádhi s objektem, který se dá uchopit a nadsvětské samádhi s objektem, který se uchopit nedá.

Abychom pochopili nadsvětské samádhi, musíme tradičně nejprve se familiarizovat se samádhi v dhjáně s objekty, které se uchopit dají. Nejběžnější je dech, barvy, různé tvary. Teď tyto tvary ve stavu dhjány se zjemní. Kdo je zjemní? Koncentrace a moudrost. Když se zjemní, tak můžeme se s těmito jemnými tvary spojit. Toto spojení s jemnými tvary se nazývá dhjána. Jestliže máme dhjánu na základě jemných tvarů, nacházíme se ve sféře jemných forem. To je božská sféra. Božská sféra je sféra jemných forem. S hrubými formami my se spojit nemůžeme, proto nemůžeme získat představu možnosti zmizení rozdělení mezi subjektem a objektem. Ve stavu dhjány, jelikož my se sloučíme plně s objektem, ztrácíme na nějakou dobu představu odděleného subjektu a objektu. To je velice důležitá zkušenost.

A pak máme dhjány na neforemné objekty, které dovolují ještě hlubší koncentraci, ale v nich koncentrace převažuje a moudrost, jelikož moudrost je na základě správného rozlišení, moudrost jde do pozadí. Právě proto ideální stav, ve kterém Buddha praktikoval právě nadpřirozené schopnosti, vipassanu, je právě čtvrtá dhjána. V ní se faktory, které umožňují stav integrace subjektu a objektu nejvíce zjemní tak, že mysl už není ovládaná pocity. Neexistuje ani možnost být ovládán pocity, protože pocit se stává neutrální.

V nižších dhjánách pocit je příjemný. A příjemný pocit v bytostech vyvolává potřebu se upínat. Neutrální pocit již potřebu nemá. Obyčejné bytosti, které nemeditují, považují neutrální pocit jakožto pocit, který je nepříjemný. Proč? Protože v tom neutrálním pocitu pociťují nutnost se něčeho chytit. Lepší mít nepříjemný pocit než mít neutrální pocit. A proto neutrální pocit u bytostí, které nejsou školené v józe, vede k čemu? Vede k rozptýlení, dennímu snění anebo k letargii, ke spánku. A právě proto obyčejní lidé mají takovou potřebu se bavit, takovou potřebu se něčeho chytit, protože neutrální pocit pro ně je nuda. Ale pro meditátora neutrální pocit je blaho. Proč? Protože dovoluje plné odpojení, plné odpojení od příjemného pocitu i nepříjemného pocitu. A my jsme bytosti, nejsme buddhové, protože máme zvyk ulpívat a hledat příjemný pocit a stranit se silou pocitu nepříjemnému. To je znak bytostí. To je znak, dá se říci, neschopnosti plné realizace v józe.

A teď my můžeme, jak nám vysvětluje text, my můžeme na základě vědomí my můžeme přeměnit pocit elementu. Element země je tvrdost, těžkost, ale my můžeme na základě mysli, na základě hluboké koncentrace tu tvrdost, těžkost přeměnit v jemnost a lehkost. Na to potřebujeme, jak text uvádí *adhitthána*[459] *siddhi* neboli *adhitthána iddhi* – úspěch v adhitthána - předsevzetí. Jestliže studujeme Visuddhimagga najdete deset druhů iddhi, některé z nich jsou zmíněné zde, některé nejsou zmíněné, můžete nalistovat.

První z nich je adhitthána iddhi. Iddhi doslova znamená úspěch. A abychom získali nadpřirozené síly, musíme nejdříve získat úspěch v předsevzetí. „Já chci, aby tělo bylo lehké“ – stane se lehké. „Já chci, abych slyšel jemné zvuky ve velké vzdálenosti“ - já slyším jemné

[459] 28:47

zvuky ve velké vzdálenosti. Na to potřebuji samozřejmě dlouholetou praktiku těch základů iddhipáda – základů praxe nadpřirozených sil: základů praxe úsilí, entuziasmu, čisté mysli a analytické moudrosti. Jestliže tyto základy nemám, já nikdy nedosáhnu toho, aby se nastavil tělem i myslí stavu mého rozhodnutí. To je dlouhý proces. Já začínám, jak text uvádí, učím se létat jako kuřátko. První dvakrát mávnu křídly, pak třikrát, pak čtyřikrát a nakonec to půjde, vyletím. Proč? Protože jsem získal ty předpoklady.

A teď, jak text vypráví, pro takovou opici předpoklady toho, že může vysoko skákat, ty jsou už dané, protože opičí tělo je tak formováno, je lehké, je ohebné. Ale my, když skočíme ze stromu, tak když budeme mít štěstí, tak si zlomíme nohu, když je vysoký strom. Ale opice si žádnou nohu nezlomí. V Bhútánu jsou usilovní praktikanti dza-long, to je tibetská nebo indická disciplína očisty kanálů a energií v těle. A ti praktikují skákání pomalu z prvního poschodí, z druhého poschodí. Říkali mi, že velký mistr dza-long, který je bláznivý jogín, to je v Bhútánu dost běžné, rád si připije. Opil se, spadl z pátého poschodí při nějaké slavnosti a nezranil se vůbec. Jak je to možné? Zvykem! Tělo se nastavilo jako opičí tělo a tím zvykem, že se dlouho, dlouho trénoval v skákání, tak tělo se na to nastavilo, na ten stav. Proto mysl může přetvářet tělo. Ale může přetvářet tělo dlouhou praxí. Jakou praxí? Hlavně právě praxí toho úsilí, entuziasmu, čisté mysli a analytické moudrosti.

A tělo se nastaví, protože v józe, to je důležité pochopit, ať už buddhistická jóga, jakákoliv jóga, je princip zjemňování. My praktikujeme jógu, abychom zjemňovali naše počitky. Zjemňováním počitků, zjemňujeme jak mysl, tak i zjemňujeme tělo. Protože počitky je právě most mezi tělem a duchem, tělem a myslí. Ten most mezi tělem a myslí jsou počitky a dech. Dech, stejně jako počitky patří jak tělu, tak i patří vědomí, mysli. A tvoří most. Právě proto nejdůležitější meditace ve všech tradicích je na dech a na počitky. Protože jsou mostem. Mostem mezi tím, co nás tvoří, mezi myslí a tělem. Jestliže pochopíme most, pochopíme jak tělo, tak i mysl. Jelikož nechápeme most, proto mám omezení jak v těle, tak i v mysli. To je důležité pochopit.

Čili stejně tak jako v přírodě, Kumáradžíva jasně vysvětluje, v přírodě voda si vymele cestu, zase voda se vypaří ohněm a oheň se rozfouká větrem. Elementy, čtyři elementy – země, voda, oheň a vítr plus akáša – to znamená prostor, ve kterém tyto elementy se manifestují, čili mluvíme o čtyřech nebo pěti elementech, tyto elementy mysl může ovlivnit. My, když vnímáme něco, my to vnímáme na základě přímého počitku těch elementů – tvrdost, měkkost, hrubost, hladkost, lehkost, to jsou vlastnosti země. Plynutí, koheze – to jsou vlastnosti vody. Teplo, chlad – to jsou vlastnosti ohně. Proč? Protože my jenom známe teplo, když je nám zima, na základě zimy. My známe zimu na základě tepla. My známe kohezi na základě plynutí, známe plynutí na základě koheze.

Každý element má těžkou stránku a lehkou stránku.

- Těžká stránka ohně je chlad. Lehká stránka ohně je teplo.
- Těžká stránka větru je podpírání. Lehká stránka větru je pohyb.
- Těžká stránka země je tvrdost. Lehká stránka země je lehkost.

My jedině jsme schopni pochopit něco tělem na základě protikladů. A mysl je schopná na základě meditace, na základě koncentrace, na základě moudrosti a koncentrace, je schopná přeměnit tyto vlastnosti.

Já myslím, že jsem se zmínil o tom, v Barmě, když jsem se učil, jedna ze speciálně dobrých mnišek, žákyní, našla učitele. Dostala rakovinu a vypálila si tu rakovinu právě praxí ohně. Vyléčila se sama tím, že se koncentrovala na oheň a posílala ho do toho místa, kde se rakovina začínala tvořit. A za nějakou dobu byla zdravá. Žádný doktor nebude věřit tomu, že je něco takového možné, ale je to možné. Ovšem ne pro obyčejného člověka, je to možné pro toho, kdo ovládá koncentraci.

A na tomto základě my můžeme přetvářet tělesnost na základě myšlení. A tento proces se právě nazývá proces transformace, duševní transformace. A teď je otázka jak se naučíme této schopnosti transformovat tělesnost na základě vědomí. Už jsme se o tom vlastně zmínili, meditující se musí stát mistrem v jednobodovosti vědomí, použít ho k tomu, aby – když se chce např. naučit létat – koncentruje se, vizualizuje si tělo dejme tomu jako dutý lotosový stonek, tak si vizualizuje tělo jako dutý lotosový stonek a nadlehčuje se. Nadlehčuje se tím, že medituje na ty lehké vlastnosti čtyř elementů, o kterých jsem se zmínil. A tím se tělo nadlehčí. Jestliže meditujeme na ty těžké vlastnosti elementů, o který jsem se zmínil, tělo zase se stává hrubším, těžším.

A tím pádem jestliže, jak text uvádí, jestliže má úspěch v této praxi, stejně tak jako oheň a železo se spojí v jednu hmotu, které říkáme tekuté železo nebo rudé železo, stejně tak i duch a tělo se smísí v jeden celek. A pak na základě rozhodnutí my můžeme ho používat podle našeho rozhodnutí, naší rezoluce. Základ toho je, že jsme familiární s praxí džhány, ne s praxí džhány tak jako my obyčejní jogíni praktikujeme, ale s praxí vyčištěné džhány. Máme schopnost ne 10 minut, 20, 30 minut zůstat ve stavu bez myšlenek, absolutně čisté mysli, lehkosti, ale i celé dny. To je nad naše schopnosti momentálně, ale dá se to vycvičit. Není to zase tak hrozné. Nejprve půl hodiny, pak hodinu, dvě hodiny, tři hodiny, to je praxe toho, čemu Visuddhimagga říká pět *vasí*[460]*-bhúta*, pět mistrovství v praxi dhjány. Meditující, hlavně v případě nadpřirozených sil pracuje s kasina. Kritsija-ájatana. Máme deset kasin, všechny jsou obzvláště důležité v praxi nadpřirozených sil. Čtyři barvy, čtyři elementy. Teď elementy podle buddhistického učení mají tři aspekty: Máme konvenční zemi - to je ta země, kterou vidíme, na které chodíme, máme kasinu zemi – to je mentální obraz země, který používáme k hluboké koncentraci. A máme tzv. vlastnosti země, země jako vlastnost, to je tvrdost atd., o kterých

[460] vasí: ‚mistrovství' či ‚dovednost'. Visudhi-magga IV uvádí pět druhů mistrovství, která by si měl osvojit každý, kdo chce rozvíjet pohroužení (džhána), a to nejprve v rámci prvního pohroužení. Jmenovitě jsou to: mistrovství rozhodnout se (adhitthána-vasí), mistrovství zaměřit se na předmět pohroužení (ávadždžanavasí), mistrovství vstoupit do pohroužení (samápadždžana-vasí), mistrovství vystoupit z pohroužení (vutthána-vasí) a mistrovství reflektování (paččavekkhanavasí).
„Mistrovstvím vstoupit do pohroužení se nazývá to, když je někdo schopen kdekoli, kdykoli a na libovolnou dobu vstoupit bez potíží do prvního pohroužení". Podobným způsobem jsou vysvětlena i ostatní mistrovství. (Nyanatiloka: Buddhistický slovník)

jsme mluvili. A to je ta skutečná země. Proč skutečná? Protože je to, co bezprostředně cítíme, když se dotkneme jakékoliv fyzické formy. To, že to je stůl, to je odvozené od toho přímého dotyku. Ale co my cítíme přímým dotykem, to není stůl, ale to je právě ta tvrdost. A jak text říká, my můžeme, jestliže jsme pokročilí jogíni, můžeme přeměnit strom v zemi, protože ten element země je dominantní, jak ve stromu, tak i v zemi. Jaký element země? Obzvláště element země jakožto kvality země – tvrdost, měkkost.

A teď text vysvětluje ta různá rozdělení, jsou rozdílná v různých písmech. Text vysvětluje, máme tuto nadpřirozenou sílu transformací tělesnosti vědomím, je čtyř druhů.

Za prvé se učíme létat jako pták a též podle našeho textu do této schopnosti patří schopnost sbližovat nebo vzdalovat objekty podle přání. To Buddha též často používal, aby konvertoval bytosti. Nejznámější je příběh Angulimála. Angulimála chtěl zabít Buddhu, jeho učitel mu přikázal, aby mu přinesl věnec z tisíce prstů. Už měl 999, chyběl mu jeden. A už si myslel, že našel ten poslední, když se objevil Buddha. Jenomže Buddha, kdykoliv se k němu přiblížil, zase se vzdálil. Zase se přiblížil, zase se vzdálil. A tak Angulimála vidí, že Buddhu nechytne, že to není obyčejný člověk, tak zavolal svým mohutným hlasem: Ty šrámano, ty asketo, zastav se konečně! A Buddha mu říká: Já už jsem se dávno zastavil, teď je čas na tobě. A jelikož to nebyl obyčejný člověk, přestože zabil 999 lidí, neskutečná karma, stal se arahatem. Proč? Protože jeho motivace byla sloužit učiteli. Splnit přání učitele. Ne zabíjet lidi. Čili síla naší karmy závisí na naší motivaci především. To je důležité pochopit.

Stejně tak ty nadpřirozené síly, jestliže je motivace dobrá, my je můžeme použít k tomu, abychom vyvedli ze stavu utrpení neskutečný počet bytostí. Jestliže motivace není dobrá, my můžeme zabíjet a způsobovat utrpení neskutečnému množství bytostí. Protože naše schopnost činit zlo a činit dobro závisí na síle naší mysli. A ve starých dobách právě síla mysli byl základ praxe jógy. To je důležité pochopit. A síla mysli pochází z čeho? Buddha v Džhána-samjutta, Samjutta-nikája jasně říká: Abychom se dostali na druhou stranu široké řeky Gangy, musíme se naučit plavat. Jestliže neumíme plavat, my se tam nikdy nedostaneme. A přirovnává plavání právě k praxi samádhi, k praxi dhjány. Ten, kdo má dhjánu, ten umí plavat. Ten, kdo dhjánu nemá, ten se uprostřed řeky potopí, protože je slabý. A na druhou stranu se dostane jen ten silný.

A tyto praxe nadpřirozených sil není nic jiného, než praxe zralé, silné mysli. Ta zralá, silná mysl se dá použít k vytváření neskutečného zla i neskutečného dobra. Právě proto, viděli jsme, že vysvětlení této praxe nadpřirozených sil přichází po vysvětlení čtyř vznešených pravd, které jsou objektem probuzení, objektem osvícení pro žáky Buddhy. To jsme vysvětlili, pro žáky Buddhy objekt probuzení jsou čtyři pravdy. Čtyři pravdy vznešených, ne vznešené pravdy, pravdy samotné nejsou vznešené, ale patří těm, kteří jsou vznešení. Protože ti, kteří jsou vznešení je vidí jako jeden celek. A proto praktikují Střední cestu. Jestliže my je nevidíme jako jeden celek, my nemůžeme praktikovat Střední cestu. My může praktikovat Střední cestu, ale nebude to samádhi, nebude to spojení moudrostí s koncentrací v jeden celek. Proto, když praktikujme moudrost, samádhi je slabé, když praktikujeme koncentraci, moudrost je slabá.

Aby moudrost a koncentrace byly vyrovnané, musíme proniknout Střední cestu. To jsme vysvětlili. A to je buddhismus.

Buddhismus není nic jiného, než učení Střední cesty na základě proniknutí závislého vznikání. Co znamená závislé vznikání? Že příčina a důsledek nastávají v jednom okamžiku. Přesto příčina není důsledek a výsledek není příčina. A to je hluboký význam Buddhova učení.

Ještě jsme nevysvětlili ty čtyři transformace. První je létání a dělání toho, co je daleko, aby bylo blízko. To najdeme často též v sútrách. Arahati měli tyto schopnosti. A teď z jedné věci udělat jinou věc. To též najdeme v sútrách, jistí arahati měli schopnost z železa vytvořit zlato. Takže létání, dělání toho, co je daleko blízkým a co blízké dalekým, to je druhé. Pak změnit jednu věc v jinou věc a zase jinou věc zase v jinou věc. A hýbat se rychle, rychlostí mysli. To hýbání se rychle je i dnes často praktikováno, obzvláště v Tibetu, lámové se učí chodit velkou rychlostí různými technikami. Nadzvedávat, skoro se nedotýkají země, tím můžou skákat s neskutečně velkou rychlostí. A na základě těchto transformací získáváme vlastně vládu nad tělem. A tím pádem, tak jak popisují sútry, jako Čúlapanthaka[461], z jednoho těla můžeme udělat mnoho těl a zase z mnohých těl můžeme udělat jedno tělo. A všechno toto můžeme získat na základě praxe těchto úspěchů, čemu se říká iddhi.

A těch iddhi je deset a některé z těch iddhi můžeme získat tréninkem, některé z těch iddhi můžeme získat i narozením, některé z těch iddhi můžeme různými prostředky, jakožto peyotl, jistý druh kaktusu, jistý druh hub, to všechno bylo ve staré Indii a ještě dnes je u šamanů obvyklá praktika. Tyto nadpřirozené schopnosti můžeme též přivodit jistým způsobem. V našich podmínkách se to může dít na základě použití i chemických prostředků, jako LSD. Mnoho lidí mají takové zkušenosti, že mohou na základě požití drog můžou vidět věci, které normálně nikdy nevidí. Můžou i dělat různé kusy jako z poupěte silou vůle nechat ho v okamžiku rozkvést, listy přeměnit, vidět jak příroda dýchá atd. To všechno je možné též na základě psychické proměny, na základě prostředků.

Čili máme čtyři prostředky, jak si přivodit nadpřirozené síly. Za prvé se s nimi narodíme, je to naše karma, protože jsme praktikovali v minulých životech, pak na základě těch drog, pak též na základě mantry můžeme přivodit tyto nadpřirozené síly a pak, což je nejdůležitější, na základě výcviku. A tento výcvik samozřejmě musí být konsekventní a dlouhodobý. Pokud nemáme tu karmu, že jsme praktikovali v minulých životech, tak budeme na to potřebovat dlouhou dobu. Jestliže jsme praktikovali v minulých životech, ta doba bude kratší, ale bez praktiky to nepůjde. I když budeme sebetalentovanější, bez dlouhodobé praxe to nikdy nedosáhneme.

A teď je zajímavá věc, o které jsem se zmínil už minule. V buddhismu Buddha byl mistr tří zázraků. Perfekce v těchto třech zázracích patří pouze Buddhovi. Ale arahat se snaží též dosáhnout této perfekce a velcí arahati se této perfekci přibližují. A to přichází teď, probereme to, ukončíme tuto část příští týden a začneme s božským sluchem. A jestli budeme mít čas,

[461] Čúdapanthaka viz Slovník

čtení mysli druhých. Co je důležité, že Kumáradžíva, jakožto bódhisattva, chce přesvědčit žáky, aby praktikovali tyto nadpřirozené síly právě za účelem získání tří zázraků. Prvním zázrakem je právě ta psychická transformace těla. Jestliže tuto schopnost máme, můžeme samozřejmě ovlivnit, bohužel též špatně, jestliže máme vipassanu, tak dobře, mnoho lidí.

A pak, co je nejdůležitější, tzv. ádesana - zázrak a anušásana zázrak. Ádesana a anušásana. Že my , na základě nadpřirozených schopností, můžeme číst – o tom se budeme bavit v příštích hodinách, my můžeme číst mysle druhých a učit je Dharmu podle jejich schopnosti Dharmu přijmout. A též můžeme učit lidi přesně podle toho, co potřebují. V různých, samozřejmě, sférách existence. Protože bódhisattva je ten, který se familiarizuje s těmito rozdílnými sférami existence. Může se s nimi zfamiliarizovat jedině proto, protože je pozoruje ve své mysli. Ty různé stupně koncentrace v buddhismu korespondují s různými stavy existence. Neb mysl je základ existence. Existence je formovaná myslí. Existence spočívá v mysli.

A na základě tohoto pochopení my můžeme pak učit, anušásana, podle toho. První je schopnost vidět ty mysle a pak schopnost učit ve všech stavech existence podle toho stavu mysli.

- To znamená ti, kteří mají chtíč, budeme učit asubha, kterým jsme začali, pozornost na nehezké objekty. Protože chtíč pochází z pozornosti na hezké objekty.
- Ti, kteří mají nelibost, jejich jednání je dáno nelibostí, ty budeme učit lásku. Neb láska je to nejkrásnější, co si bytosti přejí.
- Ti, jejichž jednání je dominováno nevědomostí, budeme učit základy poznání příčiny a důsledku. Příčina a důsledek je základ moudrosti. Závislé vznikání je obsah moudrosti.
- Ti, kteří mají obzvlášť hrdost, mnoho z jogínů právě podléhá této slabosti hrdosti, budeme učit, že všechno, co bytosti jsou, jsou pouze elementy. Země, voda, oheň, vítr a vědomí. A na co je možnost být hrdý? Naprosto… Všechno toto se vyjevuje v prostoru.

A tak vlastně, to je ten největší zázrak. Praktikovat Dharmu podle pochopení našich příčin, toho, co nás tvoří a vést druhé k pochopení Dharmy právě na pochopení jejich příčin. Na základě toho, co je tvoří. A to je, podle buddhismu, ten největší zázrak. Použít Dharmu, cestou Dharmy prospívat sobě, stejně tak, jako druhým.

A pro dnešek by to stačilo. Teď jsem chtěl trochu vysvětlit to pozadí, proto jsme se nedostali do konce těch iddhi, ale v příští hodině, jelikož máme ty základy, tak můžeme celkem rychle projít tím zbytkem. A vysvětlit, jak pracuje schopnost slyšet různé jemné i hrubé zvuky v blízkostí, v dálce, v božích sférách, v lidských sférách, ve zvířecích sférách, v peklech atd. A jak se naučit číst mysle druhých, abychom jim mohli prospívat.

Otázka: Vy jste zmiňoval použití přírodních nebo chemických látek pro otevření nebo rozvinutí nadpřirozené schopnosti. Mohl byste prosím jenom říci nebo vysvětlit jaké jsou výhody té klasické cesty přes perfekci samádhi a džhán?...

Výhody jsou ty, že ty nadpřirozené síly fungují. V případě drog, když ten efekt drogy přejde no tak pak už samozřejmě též ty nadpřirozené síly zmizí. Byl jeden slavný český parapsycholog, Grof[462], o něm jste asi slyšeli, ten zemřel. Já jsem o něm četl článek. Když odešel 68 roce, protože on se tím už zabýval v Česku na Karlově univerzitě, dostal od Stranfordovy university v Kalifornii, ten příběh jsem se vlastně dozvěděl v Americe. Dostal od Stanfordovy univerzity grant, aby zkoumal, protože on dělal různé pokusy s dýcháním, jak jóga prospívá pro zdraví atd. A též byl specialista na ty drogy, účinek drog. A též dělali výzkum s těmi drogami na kosmonautech. Dávali jim různé drogy, aby zjišťovali, jak se budou chovat v obzvláště těžkých podmínkách. A ten, když dostal ten grant, tak chodil po Hilamájích a hledal, na základě svých překladatelů a známých jogínů, podařilo se mu potkat různé jogíny v Indii, na tom základě se dostal opravdu do dalekých končin, kam normální člověk se těžko dostane, v Himalájích. Tam se dostal k těm poustevníkům, kteří žijí v jeskyních ve vysokých polohách a snaží se právě o získání těch nadpřirozených sil.

A dostal se k jednomu obzvláště zdatnému jogínovi a experimentoval s ním. Přemluvil ho na základě svých překladatelů, že dělá toto. Asi mu dal nějaké dary atd. Tak ten souhlasil s tím, že mu podal to LSD, jak na něj účinkuje LSD. Tak mu dal trojitou dávku LSD a po té trojité dávce se ho ptal, jestli něco cítil zvláštního. A on mu řekl, že obzvláště špatnou chuť na jazyku. 😊 Tak normální člověk už po jedné dávce LSD už by byl úplně někde v pekle nebo v nebíčku, ale zkušený jogín, který dlouhá léta pracoval na ovládání těla myslí, nečistou mysl zpracoval na základě úsilí, entuziasmu, čisté mysli a analytické schopnosti pochopit. Získal neskutečné síly. A na takové bytosti to vůbec nepůsobí. Protože ony v tom stavu jsou. Jsou v té jasné mysli a uvolnění nějaká droga jim nemůže ten stav změnit. Protože to je pro ně přirozený stav.

Ale to samozřejmě předpokládá dlouholetý trénink. To není výsledek nějakého retreatu na měsíc nebo na půl roku. Jde o výsledek dlouholeté praxe. A je to možné dosáhnout. I v dnešní době. Ale těch, kteří tak usilovně praktikují úsilí, energii, entuziasmus, čistou mysl, to znamená jednobodovost mysli, analytickou schopnost poznávat tyto stavy, těch je opravdu málo, protože naše civilizace tyto věci nebere vážně. Ale ve starých civilizacích, to byly velice závažné věci. A to byl obsah též vlastně jejich vychování. Od raného dětství se to učili. To se zachovalo ještě v Tibetu. Ti vybraní jedinci vlastně od raného dětství se učí těmto schopnostem ovládat mysl a myslí ovládat tělo. A na to nestačí týden, měsíc, půl roku, rok. To je otázka dlouhého výcviku, též za pomoci tzv. *kaljánamitra*, vznešených přátel, kteří, na základě svých znalostí můžou bezprostředně ovlivnit ty meditující tak, aby nešli křivou cestou, ale aby šli přímou cestou. Bez těchto dobrodinců to nebezpečí, že člověk půjde křivou cestou, je samozřejmě veliké. Protože ty síly se samozřejmě se dají také zneužít. V Barmě mi říkali, že existují mniši, kteří jsou milionáři, protože použili to božské oko k tomu, aby četli ta čísla na loterii, v losech jsou zakryté, oni si to můžou přečíst a pak povídají těm laikům, tohle nekupujte, tohle nekupujte, tohle je dobré. Tak se to dá zneužít a stanete se velmi rychle zbohatlíky, ale to je zneužití, samozřejmě. - Můžeme předat zásluhy.

[462] Wikipedie. Zprávu o jeho úmrtí jsem nenalezl (psáno 5/2022)

Bhante Dhammadípa

(31 část)

Tak si najděte ty čtyři psychické síly, ty jsme probrali, a teď jsme u dalšího odstavce. Já to mám na stránce 48.

Tak tam asi můžeme začít. A teď se dostáváme do té zajímavé části, jak už jsem se zmínil, v té části tohoto traktátu kde Kumáradžíva rozebírá džhány, též obzvláště v těch arúpa-džhánách, též vlastně bere perspektivu transcendentální moudrosti, což je mahájánová perspektiva. Pak jsme viděli v expozici čtyř pravd vznešených, říkáme čtyři vznešené pravdy, ale v podstatě jsou to čtyři pravdy **vznešených**. O tom jsme mluvili. Protože jenom vznešení, vznešené bytosti můžou vidět čtyři pravdy jako jeden celek. My, když trpíme, nevidíme konec utrpení. My můžeme poznat, jestliže děláme pokrok v meditaci, když trpíme, že to naše utrpení, že je kvůli našemu ulpívání, to my poznáme. Ale my nepoznáme konec utrpení. A tím pádem ani střední cestu. Ale jakmile má dost přímé poznání objektů osvobození, no tak ty čtyři pravdy vidí jako jeden celek. To je důležité pochopit. A v tom se mění z obyčejného člověka (*puthudždžana*) ve vznešeného člověka. Protože ví, že ho ten objekt osvobození nemůže minout. On žije s ním.

Protože žije s ním, chová se jinak, vidí věci jinak. A to, co se ostatním zdá být tak důležitým, pro něj nemusí být tak důležité, to, co pro ostatní není důležité, to pro něj může být to nejzávažnější. A v tom je ten velký rozdíl.

A tím pádem, ať už se jedná o žáka, ať už se jedná o bódhisattvu, jestliže má v sobě přímý objekt osvobození, to znamená, že vlastně ta světská realita a ta nadsvětská realita se sdružují, tvoří jeden celek. To je důležité pochopit. To není, že jenom bódhisattva chápe nedualistickou pravdu i žák chápe, arahat též chápe nedualistickou pravdu. Základem mahájánového učení jsou sútra transcendentální moudrosti, Buddha je učí žákům! Neučí je bódhisattvům. Proč? Protože právě žák poznal bezprostředně objekt osvobození, on se otevírá pro tu jednotu. A tím pádem on se otevírá učení toho, že od samého počátku vlastně naše realita je vlastně nedualistická. Arahat též žije, stejně tak jako my, v tomto těle, žije stejně tak, jako my v tomto světě, ale vidí to tělo a vidí ten svět jinak. Vidí to jako něco, co je **neuchopitelné**. A stejně tak vidí i jak sebe, tak i svět jako něco neuchopitelného. I nirvána je svou definicí něco neuchopitelného.

A tím vlastně se ty dvě reality, světská realita a nadsvětská realita spolčuje. Pro obyčejného člověka se nespolčují. A teď tu realitu, která je společná světskému a nadsvětskému, o této realitě v mahájánové cesta my od samého počátku my ji kontemplujeme jakožto jedinou skutečnou realitu. Jiná skutečná realita neexistuje. Ale jestliže máme théravádový přístup k meditaci, tak pokud nemáme bezprostřední poznání objektu osvobození, tak nám se ta světská realita a nadsvětská realita neslučuje. To je ten problém. Z toho pochází to časté

nepochopení. Právě proto théravádové učení jasně ukazuje, že aby bytost dosáhla bezprostředního poznání objektu osvobození jsou čtyři předpoklady:

První předpoklad *saddhama savama* – musí poslouchat skutečnou Dharmu. Dneska pod názvem skutečná Dharma je možné slyšet ledacos, ale skutečná Dharma – saddharma je to, co skutečné otvírá oči. Proto sútry vysvětlují, že aby člověk mohl poslouchat Dharmu, musí být jisté předpoklady. Musí mít koncentraci, musí mít úctu k tomu, musí nevidět – o tom se budeme bavit dneska – nevidět ty nedostatky toho učitele, ale hledat nedostatky v sobě. To je vždycky lehké, vidět nedostatky v učiteli, ale vidět nedostatky v sobě, to tak lehké není. To se musí člověk zaměřit na sebe. A to lidé nechtějí dělat, lidé chtějí, obzvláště v naší zemi, lidé nejlépe umí kritizovat druhé, ale málo z nás umí kritizovat sám sebe. Kritizovat druhé je lehké, kritizovat sám sebe tak lehké není. K tomu člověk potřebuje předpoklady. A to je ta introverze. Takže tu Dharmu, tu skutečnou Dharmu, musíme poslouchat s introverzí. Musíme být ostrovem, jak učí Buddha, ostrovem sami sobě. Být ostrovem sami sobě, být ostrovem Dharmy. Protože nakonec tu skutečnou Dharmu každý musí realizovat sám pro sebe. Nikdo druhý to pro druhého realizovat nemůže. Tak první musíme správně poslouchat.

Pak tam musí být *kaljána-mitta* - musí tam být vznešený přítel, který už praktikoval a něco realizoval nebo máme důvěru v to, že něco realizoval.

Pak tam musí být *jónisó-manasikára* (10:24). Co to znamená? Musí tam být pozornost vůči tomu, co je skutečný stav věcí. Co má skutečně kořeny v realitě, tak, jak je. To jónisó-manasikára. My posloucháme věci a kontemplujeme o věcech, které nemají žádné kořeny v realitě, tak jak je. A právě proto my jsme už pod vlivem našeho úsudku aniž bychom něco poslouchali, že je to tak a není to onak, a musí to být tak a nesmí to být onak. My už soudíme aniž bychom poslouchali. A buddhismus učí, že skutečný stav věcí je nejáství. To znamená co? To znamená, že existuje počitek, ale neexistuje nikdo, kdo cítí. Existuje vůle, ale neexistuje nikdo, kdo je ovladatelem té vůle. Existuje dělání, ale neexistuje nikdo, kdo dělá. To je skutečný stav věcí. To je jónisó-manasikára.

A pak, podle Dharmy – dharma andama patipati (12:19). Podle Dharmy správná praxe.

Jestliže tyto čtyři předpoklady máme, my můžeme realizovat. My může realizovat a jestliže realizujeme, to tak ten objekt realizace stejně tak, jako my, když realizujeme džhánu, ten objekt té realizace džhány zůstává v našem vědomí. My ho neztrácíme. My můžeme z toho stavu upadnout, když dlouho nemeditujeme, ale zase se k tomu stavu lehce vrátíme, protože zanechal hluboké stopy v našem vědomí. Stejně tak přímé vidění nirvány trvá jen krátkou dobu, ale ten dojem, který udělá ve vědomí se nikdy neztrácí, protože to je hluboký dojem. Stejně tak, když někoho zabijeme v životě, nemůžeme nikdy zapomenout na to, je ten dojem na základě negativní karmy. A ten dojem z džhány, dojem z realizace, je dojem na základě pozitivní karmy. Tak je malá pozitivní karma, udělá malý pozitivní dojem, velká pozitivní karma udělá velký pozitivní dojem. A velký pozitivní dojem je ten, který zůstává. Nemůžeme ho zapomenout. Stejně tak jako když uděláme malou negativní karmu, můžeme zapomenout

brzy, když uděláme velkou negativní karmu, nikdy ji nezapomeneme. Neseme ji sebou až do smrti.

A teď se vracíme k textu. Vidíme, že text mluví, stejně tak jako v džháně, zde opět Kumáradžíva se vrací k perspektivě bódhisattvy. Viděli jsme to ve vysvětlení arúpa džhán a teď obzvláště ve vysvětlení nadpřirozených sil Kumáradžíva se vrací čistě k perspektivě bódhisattvy. Protože skutečný bódhisattva se musí trénovat v nadpřirozených silách. A obzvláště, mluvili jsme o tom, že každý buddha je buddha, když ovládá tři nejdůležitější nadpřirozené schopnosti. To je ta nadpřirozená schopnost mentálních transformací.

Podle théravádového učení jedině buddha, nikdo jiných z žáků, nikdo jiný z bódhisattvů, kteří nejsou plně realizovaní, nedosáhnou *jamaka-pátihárija*[463]. To znamená, že buddha ovládá transformaci, že může současně z horní části těla produkovat oheň a z dolní části těla produkovat vodu. Oheň a voda nemohou být pohromadě. Ale buddhova transformace vědomí je tak rychlá, že se zdají být normálnímu člověku, možná že ne Maudgaljájanovi, zdají se být v jednom momentě. V jednom momentě buddha může, jeho transformace vědomí je tak rychlá, že v jednom momentě může vytvářet oheň i vodu.

A takový člověk pak může transformovat vědomí ve všech směrech. Jeho vědomí nemá vlastně žádné meze v prostoru. Protože, o tom jsme mluvili, vlastně meze vědomí, to už říkal moudrý Sokrates, meze vědomí jsme my sami. Vědomí samo svou přirozeností není ohraničené. To, co ohraničuje naše vědomí, to je naše nevědomost. A to jsou zašpinění vědomí – kléša. Ale nátura vědomí, jako samotná, není ohraničená. A proto teď docházíme k té pasáži kde Kumáradžíva vysvětluje, že na základě této transformace buddha (i pokročilý bódhisattva) může transformovat vědomí tak, že vidí neskutečné čisté země v prostoru a v těchto neskutečných zemích neskutečné a skutečné se pro pokročilého meditátora slučují. Protože v konci koncích, co my žijeme je vlastně sen. Protože my ulpíváme na tom, co vlastně neexistuje, z hlediska buddhistického učení my ulpíváme na tom já, které tam není. Čili na čem my ulpíváme? Na tom našem snu. A ten sen my můžeme přetvořit. Přetvoříme jak? Přetvoříme ho přetvořením vědomí. Vědomí přetváří sen. To děláme každou noc. Ale neděláme to vědomě. Každou noc jsme vlastně svědky toho jak vědomí nás přetváří. Ale to nás nevede k tomu, že myslíme na to, jak my můžeme též vědomě přetvářet vědomí. Vědomě přetvářet vědomí to je právě cesta bódhisattvů. Oni **žijí** v tom přetvořeném vědomí, které přetvořili na základě těch instrukcí předešlých bódhisattvů, které je uvádějí do těch čistých zemí ve kterých oni formovali vjem.

A to je přesně vlastně co říká Kumáradžíva. V době Kumáradžívy ještě pravděpodobně nebyla žádná etablovaná tantrická tradice, ale to je část mahájány. Mahájána se nedá oddělit od přetváření vědomí na základě *čisté země*[464]. Díky přetváření vědomí na základě čisté země

---

[463] jamaka-pátihárija: ‚dvojitý zázrak‘. „Tu provedl Dokonalý dvojitý zázrak, kterého nebyl nikdo z žáků schopen: z horní části jeho těla šlehaly plameny a ze spodní části proudila voda…“ (Pts.M. I, 125 a násl.). Zdrojová poznámka: Tento pojem se objevuje pravděpodobně poprvé v Pts.M. (Nyanatiloka Thera: Buddhistický slovník)
[464] Čistá země: Viz Slovník

bódhisattva se ocitá v této čisté zemi. A tato čistá země není méně iluzorní než to, co zažívá jako realitu. To je třeba pochopit.

Protože z hlediska buddhismu vlastně ať se učíme jakýkoliv buddhismus, v théravádě je to dáno jinak, my se učíme poznávat realitu na základě vlastních a společných vlastností všech věcí. Stůl jako takový je též jenom koncept. Skutečný stůl je ta barva, kterou vidí oko, je ta tvrdost, kterou cítí tělo. To je ten stůl, který poznávají bytosti. My poznáváme stůl první jako koncept, který je vlastně náš mentální obraz, který jsme si vytvořili na základě toho, co nám bylo předáno. A tímto mentálním obrazem my vlastně už jsme přetvořili realitu.

Ale my myslíme málo na to, že ta přetvořená realita je pro náš úplně jiná a pro jiné bytosti je také úplně jiná. Bohové vidí stůl úplně jinak, jelen venku, když se ho zeptáte na stůl, uvidíte, že to vidí také úplně jinak, liška ho vidí také zase jinak a myši ho vidí zase jinak. Kdo může zaručit, že to, co my vidíme, je jediný správný způsob? To si myslet je absolutní subjektivní vnímání. Abychom se dostali do buddhismu, to je základ veškeré praktiky, ať už se jedná o théravádu, mahájánu, tantrajány, abychom se dostali do skutečné reality, my musíme tu realitu přetvořit. Přetvořit těmi koncepty, které nám dopomůžou, abychom se od té reality, na kterou ulpíváme, abychom se od ní odpojili.

A to můžeme dělat různými způsoby. V théravádě to děláme tak, že rozebíráme vlastně ty objekty moudrosti, které jsou všechny bez átmanu, nic nemá žádný átman. Právě proto to může existovat, kdyby to mělo átman, tak se nehne, ale všechno je v pohybu. A ten pohyb pochází odkud? Ten pohyb pochází z mysli. A právě proto, že ten pohyb pochází z mysli, my můžeme myslí **přetvořit** realitu. To není, že my jsme tvoření realitou, my jsme samozřejmě též tvoření realitou, ale my též přetváříme realitu podle toho, jak ji dáváme do mysli. To dávání do mysli se doslova jmenuje pozornost. V sanskrtu pozornost znamená dávání do mysli – *manasikára*. Jelikož dáváme objekty do mysli jistým způsobem, my vidíme též jistým způsobem. Když dáváme objekty do mysli zase jiným způsobem, budeme vidět zase jiným způsobem. To je důležité pochopit.

To neznamená, že my nejsme těmi objekty, které vidíme, my nejsme ovlivněni, my jsme ovlivněni, ale zároveň je též ovlivňujeme. A to je to závislé vznikání. Ten proces ovlivňování a být ovlivněn je vzájemný proces. V tom procesu žádné já neexistuje. A právě proto my můžeme, na základě přetvoření vědomí my můžeme vidět všechny ty země, ty bytosti v těch zemích a my je můžeme učit. Tím, že učíme sebe, my učíme i druhé.

A co je buddha? Podle učení, které najdete též v théravádě, buddha má tři (o tom jsem se už zmínil), tři nadpřirozené schopnosti, které dovedl do perfekce.

První je ta nadpřirozená schopnost toho, že dělá psychické přetváření svého těla. To se dá brát jako něco, co můžeme vidět, ale to se dá brát též jako něco, co my nevidíme.

Další je *désaná pátihárija.* Désaná pátihárija znamená, že buddha může učit, désaná je učení, může učit bytosti v různých sférách bytí tím, že se podle potřeb těch bytostí v těch sférách bytí se přetvoří. A pak *anušásana*. Jelikož on chápe, *anusásana pátihárija*, jelikož chápe ten stav

mysli těch bytostí v různých sférách bytí, on je učí podle toho, co jsou schopni pochopit. On je učí podle – musí vychytit správnou dobu, musí vychytit jejich smysly – naše smysly, jejich omezení smyslů. My jsme bytosti, protože máme omezené smysly. Až naše smysly nebudou omezené, budeme buddhy. A on chápe všechna ta omezení smyslů, protože je překonával ve svých minulých životech a on se převtěloval podle, bódhisattva se převtěluje podle potřeb bytostí.

Přečtěte si ty džátaka, ty povídky o minulých životech Buddhy. Buddha se objevoval jako král, Buddha se objevoval jako zlý pes, který doprovází bohy (to je indická mytologie) a dělá to, že bytosti se bojí, protože na ně cení zuby. Tím strachem ze zla je vlastně přetváří. On je může přetvářet všemi různými formami, protože jeho cílem, cílem bódhisattvy není odejít ze světa, ale cílem bódhisattvy je přeměnit se podle potřeb bytostí, aby mohl se zrozovat podle potřeb bytostí a působit podle potřeb bytostí. A to potřebuje tu ádesana pátihárija a anušásana pátihárija. Ádesana – že může učit ve všech možných situacích, ať už v situacích, kdy ty bytosti mají vůči němu zlo, chtějí mu i ublížit, on je může učit. To je jeho schopnost, která je daná tím anušásana pátihárija, že se může – teď budeme probírat v příštích hodinách *paračitta džňána*[465], schopnost číst myšlenky druhých – protože on nemá žádné své myšlenky, on produkuje myšlenky podle potřeb bytostí. To je ádesana pátihárija. Buddha nepotřebuje pozornost, aby něco poznal, nepotřebuje hledat, aby něco poznal, on jen se soustředí na to, zapomene sebe a soustředí se na to, aby podle potřeb bytostí jim mohl pomoci. Zapomenutím na sebe může člověk pomoci neskutečně mnohým bytostem.

A to je právě praxe bódhisattvů, kterou zde Kumáradžíva popisuje. A jak jim pomáhá? Tím, že se sám situuje v těch čistých zemích. Čisté země nejsou nic jiného než čistá mysl. Protože v buddhismu, ať už théravádovém buddhismu nebo mahájánovém buddhismu nebo v tantrickém buddhismu stejný princip, že vše je obsaženo v mysli. Proč? Protože mysl dává smysl. Nic jiného už v kosmu, ve velkém kosmu smysl dávat nemůže, než mysl. No a mysl patří bytostem. A to je to závislé vznikání. Bytosti přetvářejí svět a zároveň jsou světem přetvářeny.

A bódhisattva je ten, který se chce stát mistrem tohoto procesu přetváření. A na základě tohoto procesu přetváření on pak produkuje ádesana pátihárija a anušásana pátihárija. On může učit ve správném okamžiku, ve správné situaci a používá každou situaci k tomu, aby uvedl ty bytosti na správnou cestu. Protože nereaguje a to nesmyslné, subjektivní myšlení bytostí a tím pádem on je přetváří, protože nereaguje. Oni mají zlo vůči jemu, on nereaguje. A to zlo se samo vyčerpá. A oni na něm ulpívají a on převede jejich pozornost na něco, na čem ulpívat nemohou. A tím pádem to ulpívání též povolí. Oni mají zlost, on převede jejich pozornost na něco, co se jim líbí. A tím pádem jejich zlost též. On produkuje přetvářením právě té mysli, že chápe, jak my bytosti přetváříme sebe a svět, tak i svět a ostatní bytosti přetvářejí nás. Sebe a svět, tak i svět a ostatní bytosti přetvářejí nás. Je to společná závislost. A tím pádem, když je potřeba, když mají nesprávné názory, no tak on je učí správné názory. Právě tímto zázrakem.

[465] paračitta: více viz Slovník

Tím, že přetváříme vlastní myšlení, my též pomáháme přetvářet myšlení druhých. To neexistuje, že my přetváříme vlastní myšlení, aniž bychom přetvářeli myšlení u druhých. Protože stav je právě to závislé vznikání. To je skutečný stav. Právě proto, to závislé vznikání je neskutečné hluboké. Ánanda už byl probuzený, ale ne plně a myslel si, že chápe závislé vznikání. Buddha ho opravil: Kdepak! Ty chápeš jen tu malinkou část, jenom zrníčko v moři! Protože to závislé vznikání právě tak jako mysl, nemá žádné omezení. No a na tom je právě založeno celé to učení čistých zemí. Přetváření sebe a světa na základě přetváření mysli.

A stejně tak, jako když pracujeme usilovně na vipassaně, my přetváříme mysl tím, že vidíme utrpení, ale my sami netrpíme, protože jsme ve stavu samádhi. Skutečná vipassana je samádhi. Ve stavu samádhi my můžeme pozorovat utrpení nestálosti, ale my sami tím utrpením nestálosti netrpíme. Proč? Protože jsme ve stavu samádhi. Co se stane ve stavu samádhi? Ve stavu samádhi mysl a prána se sjednotí. Mysl a tělo se sjednotí, mysl a myšlenky i rozlišující myšlenky se sjednotí. Samádhi neznamená nic jiného, než tento stav jednoty. V tomto stavu jednoty myšlenky nás neruší, protože jsou sjednocené s tím základem mysli, z kterého ty myšlenky vychází. A na tom je ten základ mysli, my můžeme transformovat. Vlastně proces přerozování je proces transformace základu vědomí. My se přerodíme jako jiné bytosti na základě tohoto procesu. To neznamená, že se přerodíme jako Zuzana Maštěná bude Zuzana Maštěná, my budeme úplně jiné bytosti, ale ta kontinuita přesto zůstává.

To je ten zázrak vědomí. A ta kontinuita může jedině zůstávat, protože ta podstata vědomí má schopnost se stále měnit. Ta podstata vědomí má schopnost přijmout to nejvyšší a to relativní jako jeden celek. Protože my nejsme schopní, většinou, přijmout to nejvyšší a to relativní jako jeden celek, právě proto my máme problém s myšlením. A myšlení nás ruší. To, co nás ruší, to je myšlení. Proč my chceme myslet jinak? Protože jsme nepoznali ten skutečný základ mysli. A protože jsme nepoznali ten skutečný základ mysli, proto my chceme myslet jinak, než myslíme.

Tady to máme krásně popsané Kumáradžívou z hlediska těchto čistých zemí. My můžeme přetvářet naši realitu na realitu světa na základě přetváření vědomí. A jak jsme se už zmínili, to je též ve Visuddhimagga – první iddhi[466], první úspěch, který vede k dalším úspěchům je úspěch manómajakája[467]. proto je ta praxe džhány tak důležitá. Co znamená manómajakája? Znamená mentálně vytvořené tělo. To mentálně vytvořené tělo je základem, jak Visuddhimagga vysvětluje, základem pro veškeré další úspěchy. Visuddhimagga vysvětluje: meditující vytváří to mentální tělo, doslova tělo obsažené v mysli, tím stejným způsobem, jako had svléká svoji kůži, stejným způsobem jako bojovník vytahuje meč z pochvy, my můžeme vytáhnout mysl z těla. A jak? Právě tou praxí dhjány. Protože v praxi dhjány co se děje? Pět smyslů jde do pozadí. V našich podmínkách ne jako Buddha, když praktikoval dhjánu, tak padaly stromy vedle něj a ani to neslyšel, v našich podmínkách omezené schopnosti koncentrace, jestliže jsme v dhjáně, my slyšíme zvuky, my vidíme barvy, ale nebudou nás

[466] iddhi (iddhi): ‚nadpřirozené síly' či ‚magické schopnosti'. Více viz Slovník
[467] manómajakája „duchovní tělo", které mnich získává ve čtvrtém stupni meditace (dhjána), džhána), osvobozený již od všeho pozemského; toto tělo má prý všechny smysly i orgány jako tělo hmotné, od nějž se liší jen tím, že je duchovní. (V. Miltner: Malá encyklopedie buddhismu).

ovlivňovat. Čili mysl zůstává v sobě. A to je podmínkou tohoto vytvoření toho těla obsaženého v mysli.

To je vlastně též základ hluboké zenové praxe. Hluboká zenová praxe je na základě této zkušenosti manómajakája. Smysly jsou otevřené, ale vycházejí z vědomí. Smysly jsou otevřené a vycházejí z vědomí, to znamená tím způsobem se může prána spojit s myslí, tělo se spojí s myslí, jak už jsem se zmínil, prána se spojí s myslí, tělo se spojí s myslí, myšlenky se spojí s myslí a tím pádem se člověk učí manipulovat sebe a svět myslí.

To je též základ té sktruktury čistých zemí, my je vytváříme smysli, ale z jaké mysli? Z mysli, která je sama v sobě. A tím pádem se stávají stejně skutečné jako ty předměty, které sice vidíme, ale nevidíme v tom smyslu, že je pojmenujeme, že jsou takové nebo onaké, jakmile je pojmenujeme, hned máme k nim vztah, že se nám líbí nebo nelíbí nebo chceme něco na nich opravit, chceme něco změnit. A tato potřeba měnit, je právě to, čemu se říká *vikalpa*. Vikalpa je vlastně fabrikování na základě subjektivního rozlišení. A to subjektivní rozlišení, to je dualistické rozlišení. To je dualistické rozlišení v tom, že je na základě našich libostí a nelibostí. To je ten náš sen. Ale ten náš sen je stále v rámci reality. Ten náš sen tu realitu přetváří. Jenomže ne vědomě. A co je praxe bódhisattvů? Vědomě přetvářet!

A právě proto tady máme popis toho, co všechno můžeme dělat s tím přetvářením. V případě buddhy, který je mistr těchto tří zázraků, psychické transformace těla, zázraku, obzvláště, učení (ádesana) a zázraku anušásana, že může učit podle proniknutí do mysli druhých. On sám žádné mysle nepotřebuje vytvářet, on jenom proniká do mysli druhých. A to je ten zázrak. My, abychom pronikli do mysli druhých, musíme vytvářet své vlastní mysli. Ale buddha proniká do myslí druhých, ale žádné své vlastní mysli nevytváří. A to je ten stav perfekce.

A teď přichází otázka, která je velice důležitá. Žák se ptá: Zdalipak to není tak, že všechny věci, které jsou vytvořené psychickou transformací těla, jsou iluzorní? Velmi důležitá otázka. A jak odpovídá Kumáradžíva? Samozřejmě transcendentální moudrost, od samého počátku! Všechny věci, co tvoříme, jsou iluzorní a nás klamou. Buddha není oklamán, protože nic nevytváří. On se jenom adoptuje na to vytváření druhých. To je rozdíl mezi buddhou a arahatem. Arahat má též vysoké schopnosti proniknout do mysli druhých, obzvláště velký arahat, ale má stále své zvyky, které mu zabraňují v tom, aby byl Dharmou samotnou. Ale Buddha je Dharmou samotnou. A ta Dharma samotná, té se říká právě takovost.

A z té takovosti, jak Mahá Ráhulováda sutta, Madždžhimanikája 62. atd. vysvětluje, to je tat-isa (51:27). Tat-isa znamená *podobná jako nirvána*[468], podobná jako ta nejvyšší pravda. Jako nirvána, podobná jako ta nejvyšší pravda. Ta mysl, která vytváří je podobná jako ta nejvyšší pravda. Ale, na rozdíl od země, která přijme všechno, voda, která přijme všechno, oheň, který spálí všechno, vítr, který odvane všechno, bez rozlišování, my vidíme tu skutečnost právě v subjektivním rozlišování, aniž bychom přijali tu základní stejnost. V té základní stejnosti, v rámci té základní stejnosti, která je z hlediska mahájánového učení vlastně podstata vědomí,

[468] V sanskrtu: sadriša nirvána

jinou podstatu vědomí nemá. Z té vychází ta realita. To neznamená, že ona tvoří realitu, ta mysl není žádný bůh, netvoří realitu, ale v té realitě, která je tvořena, si zachovává jednotu.

Teď my tvoříme realitu, ale v té realitě, která je tvořena, my si nezachováváme jednotu. Proč si nezachováváme jednotu? Protože samádhi není přirozený stav. U arahata, realizovaného bódhisattvy, nemluvě o plně realizovaném buddhovi, samádhi je přirozený stav. Právě proto to vytváření reality je iluzorní. To neznamená, že neexistuje. Ale existuje v rámci iluzornosti. A na to, abychom to pochopili, musíme sami být realizovaní. Jinak to nikdy nepochopíme.

Čili Kumáradžíva odpovídá: Jestliže to chceš pochopit, musíš první pochopit, že všechny fenomény jsou iluzorní. A že všechny fenomény tím, že je bereme jako něco odděleného, nás vlastně podvádí. Nejsou nic jiného než obrazy. A na tom, na čem my ulpíváme, to jsou právě ty obrazy. To není skutečnost. My si myslíme, že ulpíváme na skutečnosti, ale z hlediska realizované osoby, jako je Kumáradžíva, my neulpíváme na žádné skutečnosti, my ulpíváme na těch našich obrazech skutečnosti. Na tom našem přetváření skutečnosti, ve kterém my žijeme. To jsme my.

A jestliže se staneme velkými meditátory, jako Kumáradžíva, tak my můžeme, stejně tak, jako hrnčíř když vytváří různé nádoby, my můžeme vytvářet různé myšlenky a myšlenky jsou podstaty různých forem. Takže co je na tom divného, když může realizovaný člověk vytvářet různé formy podle své mysli?

Takže konec, to je důležitá část, s tím skončíme tuto část o nadpřirozených silách. Veškeré formy, veškerá rúpa, definice rúpa, definice fyzikálnosti je **jiná** v indické filozofii a jiná též v našem tzv. vědeckém pochopení, které je nám dáno ve školách ve vzdělání. Rúpa v buddhismu znamená to, co se doslova přetváří. To, co je ničeno – ruppati. A to, co je ničeno, protože to má části. Tyto části, jak nazveme kalápa nebo ať nazveme atomy. A ty částice stále jsou v procesu přetváření, hmota je proces přetváření. A je to proces přetváření, protože hmota má částice. A ty částice, dnešní fyzika přichází též k tomu závěru, že ty částice jsou vlastně též ve své podstatě neuchytitelné. Jestliže je chceme dělit, dělit dojdeme nakonec do prázdnoty. Právě proto v té prázdnotě existuje pohyb. Jestliže chceme pochopit transcendentální moudrost, to je jedna z prvních věcí, které je nutno pochopit. Nágardžuna jasně vysvětluje, že pohyb jakožto něco uchytitelného neexistuje. Pohyb je relativita, hmota je též relativita. Relativita je relativita, protože se nedá uchopit jakožto něco, co stojí.

A jelikož veškerá hmota se skládá z částic, no tak my můžeme, jestliže ty částice chápeme, můžeme je chápat na základě různých meditací, je to jinak v theravádě, jinak v tibetském buddhismu, ale ten princip je stále stejný. My můžeme na základě pochopení těchto částic, my můžeme vytvářet realitu. Tím, že jednu částici z těch kaláp nebo těch atomů, my dáme ji přednost a tu druhou, tu dáme do pozadí. Stejně tak, jako my můžeme, když se koncentrujeme na tvrdost, budeme cítit tělo jako tvrdé. Jestliže se budete učit meditaci na elementy, tím že se koncentrujete, v té kalápě své ruky nebo svých střev na tvrdost, tak budete cítit tvrdost. Protože vědomí přetváří jak tělesnost uvnitř, tak i tělesnost venku. To je důležité pochopit.

A teď, když my se koncentrujeme na prostor, tak jak to vysvětloval Kumáradžíva předem, tak vidíme celé své tělo na základě vnímání prostoru. A pak to tělo můžeme dělat lehké. Si ho představujeme jako bambus, který je uprostřed prázdný. A ty ostatní části té hmoty jdou pozadí. Jestliže se učíte meditaci na elementy, meditaci na formy, učíte se, že existují tři druhy země:

Existuje konvenční země, to je to na čem šlapeme.

Existuje země jakožto kasina, jakožto meditativní obraz, který je úplně jiný než ta země na kterou šlapeme. My, jestliže máme silnou sílu vůle, silnou meditaci, my můžeme stejně jako Ježíš, my můžeme si na tu zem z kasiny stoupnout. Proč ne? Zatím to není v naší schopnosti, ale dá se to naučit. To není tak těžké. Jestliže se staneme mistry dhjány, určitě se to naučíme. Když ne v tomto životě, v příštích životech, co je to za problém.

A pak máme skutečnou zemi. Skutečnou zemí je to, co chápeme bezprostředně. A co my chápeme bezprostředně, když se dotkneme tělem jakékoliv formy? Tvrdost, měkkost, lehkost, těžkost, hrubost, hladkost, a když se koncentrujeme na jednu část, tak ty druhé části jdou do pozadí. To můžete sami vyzkoušet.

A tak není vůbec nepochopitelné, že meditující může přetvářet svým počitkem. My naše vědomí, naše mysl, světská mysl je mysl, která rozlišuje na základě počitků. Jakmile je počitek, je buď příjemný nebo nepříjemný, nebo ani příjemný, ani nepříjemný. A my rozlišujeme na základě těchto počitků. A tím, že přetváříme počitek, přetváříme též i ten bezprostřední vztah k tomu objektu. To je schopnost arahata. Arahat může z příjemného počitku vytvořit nepříjemný počitek, z nepříjemného počitku může vytvořit příjemný počitek. Z neutrálního pocitu zase příjemný počitek. Tím, že ovládá mysl. Ovládání mysli je ovládání počitků. Když se zaměří, když vidí krásný objekt, na kterém může ulpívat, tak medituje asubha. Když vidí objekt, který je hoden naší nelibosti, tak praktikuje metta. On nemusí praktikovat, jelikož to už všechno má ve vědomí, ty dhjány, on prostě to přepne. Protože praktikoval. Naše myšlení je na základě našich minulých zkušeností, našich minulých praxí.

A teď, abychom skončili alespoň tuto část, teď je důležitá část toho, že podle buddhismu ákása, tedy prostor, může přeměnit vítr. Vítr může přeměnit oheň. Oheň může přeměnit vodu. Voda může přeměnit zemi. A zase naopak. Ale to nejjemnější, to je právě ten prostor. Jestliže se učíte tibetský buddhismus, tak vlastně i ten prostor má částice. Z těchto částic, z hlediska *kálačakry*[469] atd. vlastně můžeme poskládat svět a zase ho zničit. Proč? Protože svět, stejně tak jako my bytosti, my jsme cyklus. A v tom cyklu je co? Z prázdnoty vychází hmota, z hmoty, když se naplní, zase tak zase je perioda ubývání, perioda přibývání a perioda ubývání zase do prázdnoty. Z prázdnoty do pevnosti, z plnosti do prázdnoty. Takže podle tohoto principu my můžeme též vytvářet a přetvářet svět a tím pádem vlastně, podle tibetské filozofie kálačakry

[469] Kálačakra: dosl.: „kolo času"; poslední a nejkomplexnější buddhistická tantra (10. stol.), kterou měl sepsat mytický král Sučandra ze Šambhaly. Více viz Slovník

vlastně svět je vytvořen z těch částic z prostoru, z částic akáša a zase rozpustí se do tohoto prostoru. A to se děje v nás a to se děje i v univerzu.

A tomu se říká kálačakra, kolo času. A my všichni žijeme v tomto kole času. A toto kolo času je přetváření všeho. Jak přetváření foremného, tak i přetváření neforemného. Přetváření foremného a přetváření neforemného jsou v vzájemném vztahu. Tyto dva druhy přetváření nemůžou existovat odděleně. To byl velký, velký omyl evropské filozofie, teď evropská filozofie se z toho omylu dostává i díky vědě, ale naše myšlení stále zůstává na tom oddělování hmoty a vědomí jako kdyby hmota a vědomí, podle karteziánské filozofie, byly dvě rozdílné hodiny. Takový stav věcí nikdy neexistoval a nikdy nebude existovat. Stav věcí je právě to přetváření. A to přetváření je z prázdnoty do plnosti a z plnosti do prázdnoty. A prázdnota a plnost není stav, který se dá od sebe pevně rozlišit. V prázdnotě je plnost, v plnosti je prázdnota. A to je skutečný stav věcí.

A pro dnešek jsme toho napovídali moc, necháme toho a příště se podíváme jak budeme vypadat, až budeme mít božský sluch. Když budeme mít božský sluch, všechno budeme slyšet a myslit jinak, ale jak to budeme slyšet, jak to budeme myslet, dozvíme se příští neděli.

Tak zatím takhle, předáme zásluhy a ukončíme.

(32. část)

Jelikož je tak málo lidí, tak můžeme rekreačně a dát možnost na otázky, to probrat. Protože ty nadpřirozené síly potřebují silnou samathu, samozřejmě. Tak možná trošku to proberu, jakou samathu a jak na to.

Když máte zájem o tyto věci, tak Sámaňňaphala sutta[470] v Díghanikája, to je dobrý zdroj. Tam je to vysvětlení obšírně. A nejobšírněji v Patisambhidamagga[471], ti co studují théravádový buddhismus. Patisambhidamagga, tu přeložil Ňánamoli jako The Path of Discrimination. A obzvláště Saddhammappakasini[472] – komentář k Patisambhidamagga, tak tam najde dosti obšírné vysvětlení. Kromě toho Visuddhimagga, též stojí zato. Visuddhimagga je víceméně opis toho, co najdete v Patisambhidamagga – co se týče těch nadpřirozených sil. A v sanskrtu, z toho, co jsem četl, moc toho není v čínštině, ta Jógáčárabhúmišástra a to je hlavní zdroj těchto znalostí.

[470] Sámaňňaphalasutta. V páli "Pojednání o plodech mnišství", druhá sutta Díghanikáji. Více viz Slovník
[471] Patisambhidá-magga. V páli "Cesta k analytickému poznání", dvanáctá kniha Khuddakanikája. Více viz Slovník
[472] Napsal Mahanama, cejlonský théra.

Praxe božského ucha

Kumáradžíva

Pokud chce meditující usilovat o božské ucho, měla by taktéž být základem jeho praxe čtvrtá dhjána. Měl by praktikovat čtyři základy nadpřirozených schopností, jak bylo vysvětleno dříve, aby učinil svou mysl poddajnou a byl schopen upnout svou mysl na rozjímání o zvucích všech vnímajících bytostí. Věnuje pozornost různým charakteristikám zvuků a vždy medituje o jakémkoli zvuku, který slyší. Pokud jeho mysl zabloudí k jiným předmětům, nasbírá je a přivede zpět [k předmětu meditace]. Vždy by měl praktikovat jednobodovost, aby se citlivost sluchu v jeho uších stala odvozenou substancí sféry jemných forem[473]. Tomu se říká praxe božského ucha, pomocí níž je člověk schopen naslouchat zvukům [bytostí] v nesčetných zemích v deseti směrech. Takové božské zvuky, lidské zvuky, zvuky nágů, zvuky asurů, zvuky gandharvů, zvuky čandálů, zvuky velkého hada, zvuky zvířat, zvuky hladového ducha, zvuky agónie obyvatel v pekle, hrubé a jemné zvuky, hlasité a tiché zvuky - všechny dokáže slyšet.

Když se soustředění mysli bódhisattvy dostatečně prohloubí, uslyší hlasy buddhů v deseti směrech, bude naslouchat učení buddhů, aniž by se chytal nějakého označení. Je to proto, že považuje skutečnou dharmu za nejvyšší a spoléhá se spíše na její hluboký význam než na slova. Jaký je hluboký význam? Je to poznání, že všechny jevy jsou prázdné, bez znaků a nestvořené. Tím nedovolí, aby vznikly nesprávné názory, protože se také neuchopuje významu předmětů. Když se všechny předměty stávají neuchopitelnými, nelpět na žádných znacích [předmětů] znamená spoléhat se na hluboký význam, nikoli na slova[474].

Meditující (bódhisattva) se navíc spoléhá na ty sútry, které mají jednoznačný, definitivní význam, a ne na ty, které jednoznačný, definitivní význam neodhalují[475]. (To znamená), že všechny sútry mají jednoznačný, definitivní význam, protože [odhalují] konečnou prázdnotu jevů a jejich nevyjádřitelné vlastnosti. Proto jsou všechny sútry s explicitním významem. Pokud se o něj člověk neopírá, všechny sútry pro něj nebudou mít definitivní význam. Proč tomu tak je? Řídí se zvukem, nikoli hlubokou moudrostí. Skutečné vlastnosti zvuku však získají hluboký smysl také tehdy, když se [smysl i zvuk] stanou nevyjádřitelnými. Tomu se říká analyzovat sútry podle jejich výslovného, [konečného] významu, nikoli bez něj.

---

473 Srovnej V.M. tr., 446, aso D.N. 1, 179., nebo Śrāvakabhūmi: 465

474 Viz například výklad čtyř útočišť Bódhisattvy v knize Y.B.S. Bodhisattvabhúmi, Jayaswal in. Patna 1966, N. Dutt ed., 175-6. Zde se první útočiště nazývá Bódhisattvaḥ arthārthī na vyañjanābhisāṃskārthī. Srovnej také Bhāvanākrama 2, 242.

475 Y.B.S. Tamtéž: nītartham sūtram pratisarati na neyārtham. V Y.B.S. se stává třetím útočištěm, zde neyārtha přeloženo jako fei liao yi.

Meditující by se navíc měl spoléhat na moudrost[476], nikoli na rozlišující vědomí. Proč tomu tak je? Meditující by měl vědět, že vlastnosti rozlišujícího vznikly v důsledku prolínání příčin a podmínek, vědomí jako takové postrádá vlastnosti sebe sama. Vlastnostmi vědomí jsou beztvarost, neodporování a neviditelnost. Jsou prosté poznání, prosté [procesu] rozlišování, iluzorní, klamné a [neskutečné] jako iluze. Pokud člověk takto chápe charakteristiky vědomí, vědomí se pak stává moudrostí[477]. Proto je třeba spoléhat na moudrost, a nikoli na rozlišující vědomí. [S tímto pochopením], i když meditující může nechat znovu vyvstat rozlišující vědomí, nebude připoután ani k rozlišujícímu vědomí, ani k moudrosti. Když člověk pozná, že takovost je [pravou] vlastností vědomí, vědomí se stane moudrostí. Právě těmito vlastnostmi moudrosti by měl člověk učit vnímající bytosti.

Meditující by se navíc měl spoléhat na Dharmu[478], nikoli na osobu. Proč tomu tak je? Kdyby v Buddhově učení skutečně existovala osoba, nikdo by nebyl dostatečně čistý [na to], aby dosáhl osvobození, protože všechny jevy postrádají [trvalé] já nebo osobu. O já či osobě se mluví pouze v souvislosti se světskou konvencí, a proto by se meditující měl spoléhat na Dharmu, nikoli na osobu. To, co se nazývá Dharma, je přirozeností všech jevů a přirozeností všech jevů je nezrozená přirozenost. Tato nezrozená přirozenost je konečná prázdnota a tato konečná prázdnota je dokonale nevyslovitelná. Proč tomu tak je? Někdo vysvětluje Dharmu pomocí slov, ale v Dharmě nejsou slova a ve slovech není Dharma. Protože jazyk se vyznačuje ne[slovy] jazyka a všechna slova se vyznačují ne[slovy][479].

Proto sútry[480] vysvětlují Buddhovo učení jako neprojevené a nevyslovitelné. Meditující, který božským sluchem naslouchá všem Buddhovým naukám, nedovolí, aby vznikla připoutanost a názor ani na lidi, ani na dharmy. Pokud rozlišuje [jevy ve smyslu duality], nejedná se o Buddhovo učení[481]. Buddhovým učením se stává, když se vyznačuje nedvojností. Meditující naslouchá velmi hlubokému významu Dharmy a spoléhá se na sílu svého božského ucha, aby poučil vnímající bytosti - tomu se říká nadpřirozená síla božského ucha.

---

[476] Jñānapratisaranam na vijñānam.
[477] Srovnej s Bhavanakramou 2, 243.
[478] Dharmam pratisarati na pudgalam.
[479] Srovnej například Y.B.S., Bodhisattvabhúmi, N.Dutt ed. Jayaswal I. Patna,1966; Tattvārthapatala: 25-39.
[480] Vimalakīrtinirdeśasūtra ? , Mahāprajñāpāramitāsūtra. tr. Kumārajīva ch. 70 San hui pin.
[481] Viz Mahāprajñāpāramitāsūtra, tr. Kumārajīva ch. 74 Pian xue pin.

Bhante Dhammadípa

Skončili jsme s *iddhi*, s nadpřirozenou transformací těla, a teď další je to, čemu se říká *divja-šrótra*[482] – božský sluch. Doslova božské ucho. Bohové mají daleko jemnější smysly než máme my, právě proto vidí dál, slyší dál, cítí daleko hlouběji než cítíme my. Oni cítí nás, my necítíme je, pokud nemáme opravdu hlubokou senzitivitu založenou na hluboké praxi šamatha. Ty nadpřirozené bytosti, o kterých se zde mluví, to je obzvláště pocit, nemyslete, že to vidíme stejně tak jako dům nebo jako strom, ale vidíme to pocitem především. Vidíme to jemným pocitem. A jak bychom měli vědět, jakožto studenti buddhismu, vlastně na základě pocitu existuje rozlišování. Čím jemnější pocit, tím jemnější rozlišování. A tato nadpřirozená schopnost se nazývá božské ucho, jelikož božské ucho má supercitlivost.

A jak se dostaneme k té citlivosti? Obzvláště důležité pro ty, kteří chtějí praktikovat šamathu do hloubky. Obzvláště v théravádové tradici musíme se věnovat praxi kasin. *Krtsnájatana*[483]. A na božský sluch, božské vidění obzvláště jakou kasinu potřebujeme? Tu kasinu, která se věnuje obzvláště zářivému objektu, což znamená kasina ohně a kasina světla. Kasina ohně a kasina světla jsou nejúčinnější na vytváření této super-senzitivity. Kasinu ohně praktikujeme tím, že se věnujeme, aspoň tak, jak to známe z théravádové tradice, jak se to praktikuje dodnes v Barmě, že nezačínáme většinou kasinou ohně, začínáme jako Visuddhimagga, kasinou země. Jak už jsem vysvětlil, myslím v minulé lekci, vlastně oheň, země, všechny elementy, máme element jako konvenční element ohně, jako když strčíme prst do kamen, tak poznáme konvenční oheň. Pak máme tzv. *lakkhana tédžo*. Lakkhana znamená vlastnost, charakteristika. Charakteristika ohně je teplo. A my cítíme teplo díky čemu? Díky tomu, že cítíme chlad. Jestliže necítíme chlad, nemůžeme cítit teplo. Jestliže cítíme chlad, je to proto, že cítíme teplo. To je důležité jasně vidět.

A my se věnujeme této charakteristice tepla a vlastně ji zvětšujeme. Neboť, jak už jsem se zmínil několikrát, koncentrace je jako lupa. Jestliže máme dobrou koncentraci, máme mikroskop ve vnitřním oku. Tyto nadpřirozené schopnosti jsou schopnosti dané vnitřním sluchem, vnitřním okem. To je důležité pochopit. Třeba Anuruddha oproti nám byl tak pilný, že nespal. Jelikož nespal, ztratil oko. Jeho oko přestalo pracovat. Ale získal božské oko, kterým mohl vidět ve slepotě. Čili stejně tak, my můžeme ztratit sluch, ale přesto my můžeme slyšet

[482] V páli: dibbasóta

[483] krtsnájatana (v páli kasina): deset vizualizačních pomůcek:

1. země
2. voda
3. oheň
4. vítr
5. prázdný prostor (akáša)
6. modrá
7. žlutá
8. červená
9. bílá
10. světlo nebo vědomí

vnitřním sluchem. To je důležitá zkušenost, kterou můžete udělat v hluboké meditaci. My, jestliže máme hlubokou koncentraci a jestliže se hluboká koncentrace děje na základu toho, že se mysl, stejně tak jako želva, se stáhne do krunýře, mysl se stáhne do sebe samé. Pět smyslů ne v naší nízké úrovni koncentrace, ale v případě mistrů jógy mysl se úplně stáhne a pět smyslů doslova přestane pracovat. neslyšíme nic, nevidíme nic. A v tomto stavu absolutní jednobodovosti pak se vlastně my nemusíme procházet uchem, abychom něco slyšeli, my můžeme slyšet přímo mentálním vědomím. Stejně tak my nemusíme procházet okem, abychom viděli, my můžeme vidět mentálním vědomím. To je důležité pochopit.

Jestliže získáte hlubší praxi dhján, budete mít jasnou zkušenost tohoto stavu, kdy my vlastně odpojíme se od vnějšku a mysl se stáhne do mentálního vědomí. A kromě ohně, jakožto konvenčního ohně, ohně na základě charakteristiky, máme též mentální obraz ohně v praxi kasiny ohně. A ve čtvrté dhjáně, myslím že to se též zmíní v praxi božského oka, že ji musíme praktikovat na základě čtvrté dhjány… ano je to tady. Na základě čtvrté dhjány též vlastně myšlení přestane pracovat, přestane nás rušit a mysl se stáhne sama do sebe a též máme absolutní vyvážení mysli na základě čisté upékša, čistého odpojení a na základě neutrálního pocitu. Ten neutrální pocit, jak písmo vysvětluje, je nepříjemný pro bytosti nesenzitivní, ale bytosti senzitivní je to ten nejpříjemnější pocit. Protože nedává přístup k ulpívání na příjemném. My všichni, pokud nejsme buddhové, máme tendenci ulpívat na tom, co je příjemné. Ve čtvrté dhjáně tato tendence mizí, protože nemáme ani příjemný pocit, ani nepříjemný pocit. A to je z hlediska čisté upékša, čisté rovnoměrnosti vědomí, to je ten nejblaženější pocit, to jde těžko vysvětlit, protože stav dhjány, stejně tak, jako nirvánu, nemůžeme vysvětlit slovy. K tomu se dostaneme teď v tomto textu. Právě proto, že nirvána, dhjána ne nevyslovitelná, právě proto lidi na tyto stavy nevěří. Normální člověk nevěří, že to existuje. Že to je daleko blaženější než cokoli může pěti smysly poznat. A protože nevěří, že to existuje, no tak nevynakládají úsilí na to, aby ty stavy dosáhli.

A teď jestliže ten mentální obraz ohně, který získáme tím, že pozorujeme vnější oheň a pak zavřeme oči a vytvoříme si jasný mentální obraz toho ohně, který jsme pozorovali venku. Ten pak jednobodovostí fixujeme ve vědomí tak, že se přestane hýbat. A tím pádem se dostáváme též do mentálního vědomí a jestliže máme hlubokou koncentraci, odřízneme ten vliv vnějšího světa.

A jak tedy dosáhneme toho božského sluchu? Jestliže jsme správně praktikovali ty čtyři základy nadpřirozených schopností, o tom jsme mluvili před tím, to je samádhi na základě entuziasmu, samádhi na základě úsilí, samádhi na základě čisté mysli a samádhi na základě správného pochopení, správné analýzy. Všechny tyto síly pak vedou k prohloubení jednobodovosti mysli. V případě, jak jsme vysvětlili, že jsou spojené s těmi formacemi zdravé mysli nebo kusala-čitta. Jestliže je ovládáme, tak pak se věnujeme, jak Visuddhimagga, Patisambhidamagga vysvětluje, pak věnujeme, začínáme hrubým a jdeme do stále jemnějšího.

To je vlastně výzva pro koncentraci. Protože jedině koncentrovaná mysl může se soustředit na jemný objekt. Hrubá mysl se na jemný objekt soustředit nemůže. To je stejně tak, jako když

hodíte kámen do vody, tak se vytvoří vlnky. Ze začátku bude hrubé vlnky, když se koncentrujete na hrubé vlnky, můžete vidět i ty jemnější vlnky. A tak to jde dál až ty vlnky se vzdalují, vzdalují, vzdalují a stávají se čím dál tím jemnější, až jestliže máte senzitivní zrak, pak můžete vidět i ty odrazy toho úderu kamene na hladinu vody i ve velké dálce. Protože vyvíjíte senzitivitu tou jednobodovostí mysli.

Stejný postup je vlastně ve vyvíjení toho božského sluchu. Začínáme tím, že – samozřejmě dostaneme se do čtvrté dhjány, ve čtvrté dhjáně pak se otvíráme pro různé zvuky. První zvuky, které můžeme slyšet, jak Patisambhidamagga, Visuddhimagga vysvětluje – nejdříve ty zvuky, které jsou nám familiární, zvuky osob, zvuky zvířat. A pak se koncentrujeme dále a dále a dále, jelikož máme dhjánu, která je založená na elementech, které patří vlastně božským stavům mysli. Božské stavy mysli jsou na základě smyslů, zjemněných smyslů. To je důležité pochopit, v buddhismu celá kosmologie je založená na tomto principu. Tím jemnější pocit, tím jemnější mysl. Pocit bohů je též hierarchie od hrubšího do jemnějšího. Pak ty vyšší bohové, kterým se v buddhismus říká Brahma, ti už postupem odřezávají ty smysly a zůstává vlastně – v první dhjáně je ještě sluch a vidění a pak i ty mizí a zůstává vlastně jedině mentální vědomí.

Mluvili jsme v rámci těch transformací těla, že ty transformace těla jsou na základě schopnosti vstoupit do mentálního těla. Tomu se říká manómajakája. Jestliže máme schopnost vstoupit do mentálního těla, my můžeme to mentální tělo oddělit, izolovat od fyzického těla. A pak se učíme tím mentálním tělem vlastně ovládat to fyzické tělo. To je v praxi rddhi. A zde my získáme senzitivitu tím, že se věnujeme jednobodově zvuku. My získáme tu senzitivitu a díky té senzitivitě my, stejně tak jako na příkladu těch vlnek, můžeme slyšet čím dál tím vzdálenější zvuky.

Zmínili jsme se o tom už minule, že vlastně náš svět je mentální svět. Celý buddhismus je na tom založený. Všechny fenomény vlastně jsou založené, jsou obsažené v mysli. A myslí my jsme – to je závislé vznikání – my jsme objekty tvoření, ale zároveň my též tvoříme objekty. To není jenom jednostranně, že my jsme, jak si to představovali materialisté, že my jsme jenom světem tvořeni, ale my jsme světem tvořeni a zároveň tvoříme svět. Je to proces vzájemné závislosti, který se nedá od sebe oddělit.

Samozřejmě jestliže získáme hlubokou koncentraci, tak ta schopnost tvořit světy vědomím se stává daleko hlubší, než u toho, který se meditaci nevěnuje. A jak už jsme se zmínili posledně vlastně je úplná naivita si myslet, že ty čisté země a my jako Dhammadípa a jako Petr Pleticha, my si vizualizujeme čisté země, abych já Dhammadípa nebo Petr Pleticha se narodil v čisté zemi. No to je absolutní naivita a hloupost. Protože ty čisté země jsou čisté mentální země. To je třeba pochopit.

Praxe mahájány, praxe bódhisattvů se nedá, právě je identická s vytvořením těchto čistých zemí, čistého obzoru vědomí. A ten čistý obzor vědomí není méně reálný než ty objekty, které nás obklopují. Protože ty objekty, které nás obklopují jsou vlastně též na základě mentálního vědomí. To je třeba jasně vidět. Neexistuje žádný objektivní stůl, objektivní dům, objektivní auto, objektivní osoba, všechny tyto věci, osoby, věci jsou vytvořené, jak text vypráví,

vytvořené podmínkami a příčinami. A tyto podmínky a příčiny jsou podobné pro mě a pro Jiřího Pavlíka atd., protože my máme podobnou karmu. Kdybychom neměli podobnou karmu, no tak nejsou podobné. Třeba taková liška, co jsem viděl naposledy, ta vidí ty doma a auta a osoby úplně jinak. My si představujeme, že naše vidění je objektivní, což vůbec nedává smysl. Čili my, stejně tak jako lišky, stejně tak jako kozy, stejně tak jako krávy, my si mentálním vědomím vytváříme svět. To mentální vědomí pracuje na základě konceptu. A my máme jiné koncepty, krávy mají jiné koncepty, bohové mají jiné koncepty.

A teď, když se zabýváme Buddhovou naukou, tak slyšíme tím božským uchem zvuky dharmy a zvuky buddhů, které vysvětlují dharmu v těch čistých zemích. Čisté země nejsou nic jiného než symboly dharmy. Čisté prostory jsou prostory dharmy. A v těch čistých prostorech dharmy, my si je vytváříme proto, aby se v nich vytvářela čistá mysl. A na základě toho tady text, což je velice zajímavé, vykládá mahájánový princip čtyř útočišť. To nenajdete v théravádových spisech, ale najdete to v spisech mahájány, v Jógáčárabhúmišástra atd. Vysvětlují čtyři útočiště. A bódhisattva je bódhisattvou, protože jeho mysl pracuje na základě těchto čtyř útočišť, které jsou zde vysvětleny. A ty čtyři útočiště právě pochopíme praxí čistého vědomí, čisté země. Co je čisté vědomí, čistá země? To je na základě pradžňápáramitá. Čisté vědomí, čistá země má neuchopitelné znaky. Ale ty neuchopitelné znaky my chápeme na základě symbolů. Abychom pochopili neuchopitelnost znaků, musíme mít symboly. A v těch symbolech my se dostáváme do jiné dimenze. To je též základ tantrické praxe a v podstatě je to též základ mahájánové praxe. Ty obzory čisté mysli, tam jsou úplně jiné dimenze.

To je též, jestliže chceme pochopit i jisté védantové principy atd., třeba Ganéš se svým ohromným panděrem se vozí na malé myšce. A to je pro ty uctívače Ganéše, který odstraňuje překážky, to je jeho funkce. Odstraňuje překážky k čemu? K čisté mysli samozřejmě. A to není nic překvapivého, že takové velké panděro, takový ohromný slon se veze na malé myšce, protože v tom duchovním prostoru, vytvořeném myslí, ty dimenze jsou úplně jiné. Proč? Protože v těchto dimenzích, jak text vysvětluje, tady krásně spojuje, jak už jsme se zmínili, čtyři vznešené pravdy jsou vysvětlené výlučně na základě principu praxe žáků a zde máte vlastně par excellence vysvětlení základních principů transcendentální moudrosti.

Z hlediska transcendentální moudrosti nic nemá skutečný začátek, ani skutečný konec. A právě proto nic není uchopitelné. A ta neuchopitelnost, nevysvětlitelnost je právě skutečná vlastnost všeho, co my bytosti poznáváme. To, co my chápeme, to, co my myslí měříme, to se nedá odlišit od toho, co se nedá změřit. Protože nezměřitelné a změřitelné můžou existovat jedině společně. Dharma, a z hlediska transcendentální moudrosti, nirvána neboli nedualistické pochopení nirvány jakožto takovost, tathata je od všeho, co my můžeme myslí poznat, neoddělitelná. Proč? Protože to, co můžeme myslí poznat, jak už jsem se zmínil, je pouze na základě příčin a důvodů. Příčiny a důvody nikde nestojí. Jestliže někde stojí, no tak to, co poznáváme, není žádný proces.

A právě to, že to, co poznáváme je proces, to znamená, že to, co poznáváme my vlastně nemůžeme uchopit. To, co my uchopujeme, to jsou ty obrazy toho, co poznáváme. A ty

obrazy, to jsou naše koncepty. To je základ meditace bódhisattvů. Právě proto Pradžňápáramitá vysvětluje – Subhúti se ptá, jestli bódhisattva získá neodvratitelnost od nejvyššího poznání začátečním vyvstáním bódhičitty anebo po začátečním vyvstání bódhičitty. A Buddha říká, že nepozná to na základě začátečního vyvstání bódhičitty, ale též to poznání se nedá oddělit od začátečního vyvstání bódhičitty. Čili počátek a konec je jeden celek. Nedají se oddělit.

A my můžeme praktikovat dharmu od konce, stejně tak, jako od začátku. A praktikování od konce je praktikování na základě principu transcendentální moudrosti. Ta skutečnost je tak, jak ji vidí arahat. A arahat vidí skutečnost jako něco neuchopitelného. A to je ta skutečná skutečnost. To, co my uchopujeme, to je skutečnost našich představ. A naše představy nemůžou být oddělené od skutečného stavu věcí, který je právě takovost těch věcí. Takže první útočiště v praxi, která vede do stavu plného probuzení je, že praktikující považuje tu skutečnou dharmu jako to, co je absolutní, co je skutečná dharma. To je ta takovost. Takovost je stav jak nirvány, tak i stav všech fenoménů. Protože pravda je nakonec jen jedna. A to je to první útočiště, že praktikující nachází útočiště v hlubokém významu neboli *artha* (význam nebo objekt), hluboký význam, hluboký objekt jsou synonyma. Nachází význam v hlubokém objektu, to znamená v té nejvyšší realitě a ne ve jménech. Tady v textu máme ve slovech nebo v řeči…

Čili řeč nemůže zprostředkovat nejvyšší realitu. Ale bez řeči my též tu nejvyšší realitu nemůžeme poznat, To znamená, že poznání nemá skutečný začátek a též od začátku není oddělitelné. A to znamená, že naše poznání, naše relativní poznání může i fungovat jako skutečné poznání, jestliže poznáme, že všechny fenomény, jak text učí, jsou prázdné vlastní podstaty, jako takové jsou bez známek, které se dají uchopit a nejsou skutečně vyvstalé. Vyvstání na základě příčin a podmínek není skutečné vyvstání. Kdyby to bylo skutečné vyvstání, no tak není pohyb. Protože to, co skutečně existuje se nemůže hýbat. To je skutečná existence. A takovou existenci nenajdeme nikde jinde než právě v tom, co se nedá uchopit. Co se nedá vyslovit, co se nedá poznat, jak poznáme text jasně vysvětluje, na základě rozlišujícího poznání.

Čili abychom pochopili to, co Buddha skutečně učí, a na to potřebujeme obzvláště senzitivní sluch, božský sluch. Božský sluch, jak už jsem se zmínil, je senzitivní sluch. A abychom pochopili Buddhovo učení, potřebujeme senzitivitu. Bez senzitivity my nemůžeme pochopit Buddhovo učení. Proto i v théravádě např. v Bahuvédaníja sutta [484] Buddha vysvětluje proces probuzování jakožto proces poznávání nebo pronikání čím dál tím jemnějších pocitů. Až do toho nejjemnějšího pocitu, pocitu osvobození. Pocit osvobození je ten nejjemnější pocit, který my bytosti můžeme cítit. A tento pocit osvobození se nazývá *pu šou (bu shou)* v čínštině to znamená pocit, který se nedá přijmout, nepřijatelný pocit. Nepřijatelný pocit je nejsenzitivnější pocit. A tento nepřijatelný pocit je pocit právě prázdnoty, *animitta* bezznakovosti a většinou se říká *apranihita*, což znamená bez přání, ale zde máme ne bez přání, ale toho, co nebylo skutečně vytvořené.

[484] Madždžhima nikája 59. Bahuvédaníja sutta (Mnoho druhů pociťování). Online v angličtině.

To, co je skutečné nebylo skutečně vytvořené. A zde se dostáváme do vlastně základů buddhistického učení. To, co je skutečné nebylo skutečně vytvořeno. A to, co my poznáváme běžným poznáním, též nebylo skutečně vytvořené. Proto existuje jen jedna realita. Ne dvě reality. To, co vyvstalo, vyvstalo, ale ne ve skutečnosti, protože vyvstalo, jediné, co může vyvstat, vyvstane na základě podmínek a příčin. Vyvstání na základě podmínek a příčin není skutečné vyvstání, protože je to vyvstání na základě našich představ. My už do něj dáváme koncepty, kterými ho chápeme. A proto tady to nevytvořené stojí pro to, co se většinou vysvětluje jako stav bez přání. To, co je nevytvořené, je nezávislé na našich přáních. To je ten paradox. My se bez přání k tomu nemůžeme dostat, ale ono samo je nezávislé, absolutně nezávislé na našich přáních.

A tento přístup, jak text zdůrazňuje, nemůže nechat vyvstat nesprávné názory. Jestliže budeme trvat na tom, že naše rozdělování je něco skutečného, co stojí, to určitě může nechat vyvstat nesprávný názor. Ale to, že věci, ve své podstatě nemůžou vyvstat, to žádný nesprávný názor vyvstat nechat nemůže.

To máme **první útočiště**. První útočiště je tedy na základě ten, který podle súter transcendentální moudrosti, jestliže máme tyto útočiště, my můžeme daleko rychleji a efektivněji získat probuzení. To je paradox. Proč? Protože jsme nad čas. Protože my se orientujeme v čase, my se vlastně oddělujeme od toho, co stojí nad časem. To neznamená, že my nežijeme v čase. My žijeme v čase, ale to žití v čase, stejně tak, jako žití v to, co přesahuje čas, je stejně neuchopitelné. Protože realita je jenom jedna. My vidíme rozdílné reality z hlediska transcendentální moudrosti pouze z hlediska našeho omezení. A naše omezení nemůže být standardem. Jestliže naše je standardem, tak my se do té nejvyšší reality nikdy nemůžeme dostat.

Čili to poznání na základě nejvyšší reality, poznání toho, že nic se nedá chytit, nic se nedá dosáhnout, vlastně by mělo praxi urychlovat. Toto vysvětluje Buddha v sútrách transcendentální moudrosti Šáriputrovi, nejmoudřejšímu ze všech žáků a ten, jelikož je arahat, to přijímá, ale říká, že takové učení by se mělo vysvětlovat jenom těm, kteří mají hluboké znalosti. Těm, kteří již získali přístup k realitě tak, jak skutečně je.

A teď **druhé útočiště**. První útočiště je tedy, že bychom měli poznávat na základě hlubokého poznání, ne na základě slov, ne na základě řeči. Druhé útočiště - jestliže se učíme dharmu, měli bychom dharmu poznávat z hlediska *nítártha* a ne z hlediska *néjártha*. Co je nítártha? Nítártha znamená poznání reality tak, jak ji poznávají buddhové. A néjártha je poznání reality z hlediska toho, jak Buddha vede nás bytosti k tomu, abychom poznali realitu tak, jak ji poznávají buddhové. Čili Buddha dává učení pro adepty a Buddha dává učení pro ty, které vede k tomu, aby získali pochopení adeptů. Ale to pochopení z hlediska těch, které vede k správnému pochopení, to znamená k pochopení, že nirvána je jediná skutečnost, že jiná skutečnost nikdy se nezrodila, to je vlastně ten skutečný úmysl všeho písma.

Čili my bychom měli chápat veškeré písmo ne z hlediska jen těch, kteří jsou k té nejvyšší realitě vedení, my bychom po především měli poznávat z hlediska té nejvyšší reality. To, že ta nejvyšší

realita je účel učení. Učení nemá jiný účel, než vést k té nejvyšší realitě. A ta nejvyšší realita, jak už jsme se zmínili, má právě vlastnosti neuchopitelnosti. Z hlediska této neuchopitelnosti, z hlediska této nevysvětlitelnosti slovy my bychom měli chápat to konvenční učení Buddhy, kterým vede vlastně k tomuto poznání. Veškeré učení Buddhy vlastně je proto, aby vedlo k tomuto poznání. To je skutečné poznání. Právě proto je třeba pochopit, že to je vlastně důsledek toho, že to, co je skutečné se nedá slovy pochopit. Ale my přesto potřebujeme slova, abychom to pochopili.

My potřebujeme relativní realitu, proniknout relativní realitou, abychom poznali tu realitu nejvyšší. To je ten nejdůležitější aspekt buddhismu. Jestliže my nepronikneme konvenční realitou, my se budeme mýlit o té realitě nejvyšší. A proniknutí té konvenční reality je právě proniknutí konvenční reality na základě příčin vyvstání na základě příčin a důsledků. A vyvstání na základě příčin a důsledků, jak už jsme vysvětlili, není skutečné vyvstání. Skutečné vyvstání, stejně tak, jako skutečné já, je něco, co stojí. Ale v realitě absolutně nic nemůže stát. To, co v realitě stojí, to jsou naše představy reality, ne realita sama. To jsou naše koncepty, které buď na realitu nadstavujeme anebo díky nim něco z reality ubíráme. Ale realitu jako takovou my nemůžeme slovy poznat, protože právě slova je to, co té realitě dává význam uchopitelnosti.

Proto, jak už jsem se zmínil, ten základ tohoto vyššího poznání, o kterém jsem mluvil jsou dhjány. Co se stane ve čtvrté dhjáně? Ve čtvrté dhjáně mysl přestává. Jelikož mysl přestane, když přijde, tak se nezdá být tak skutečná. Nám se zdá být mysl, běžná mysl tak skutečná, protože nepoznáváme ten stav bez mysli, jakožto skutečný stav. A ta rozlišující mysl je právě to, co dává realitě pocit uchopitelnosti. Na základě uchopitelnosti my pak se oddáváme nesprávným názorům. Co je nesprávný názor? Opravdová skutečnost jáství. *Satkája-profiles*. Co je satkája-dršti? Identifikace pěti agregátů, tedy naší skutečnosti, jakožto já. A já je něco, co stojí. Ale my v té skutečnosti žádné já, co stojí, nenajdeme. Ani uvnitř, ani venku.

Abychom pochopili Buddhovo učení na základě hlubší senzitivity dané praxí hluboké jednobodové koncentrace, musíme založit své poznání na písmu, které je míněné pro adepty, pro ty, kteří už poznali, bezprostředně poznali nejvyšší realitu a ne na základě písma díky kterému se Buddha snaží vést bytosti k tomuto poznání. Protože to poznání těch adeptů, to je skutečné poznání. A to je jaké poznání? Že ta realita je neuchopitelná.

Takže text tvrdí, že jestliže nepoznáme písmo z hlediska poznání adeptů, pak vlastně všechny písma, které čteme, nebudou mít ten hluboký, absolutní význam. A proč? Protože budeme sledovat zvuk a ne hluboké poznání. Ovšem my ani nepoznáme hluboký význam zvuku. Z hlediska Abhidharmy co je hluboký význam zvuku? Když si vezmeme théravádový buddhismus, abychom vysvětlili, ta materie vytvořená karmou v našem hrdle se tře o materii vytvořenou myslí, tedy řeč, řeč je materie vytvořená myslí. Když tyto dvě materie se v našem hrdle třou o sebe, tak vytváříme zvuk. A tím zvukem komunikujeme. A ten zvuk má důvody a příčiny. A bude vznikat jedině, když se tyto dva druhy materie třou o sebe. A to je též vlastně ta neuchopitelnost. Čili skutečný zvuk je podobný těm skutečným vlastním charakteristikám všech objektů, což je jejich neuchopitelnost.

A teď se dostáváme ke **třetímu útočišti**. Ten, který chce poznat senzitivním uchem, božským uchem hluboký význam Buddhova učení měl by ho poznat na základě *ňána*, což můžeme přeložit, stejný kořen jako české znalost, znát. Měl by poznávat na základě znalosti, z hlediska transcendentální moudrosti. Skutečná znalost je znalost vlastností vše fenoménů vlastní zkušenosti. Co je vlastnost všech fenoménů naší zkušenosti? No právě takovost. Nedualistická prázdnota ke které se nedá nic přidat, nedá nic odebrat. To je skutečnost. To je skutečná znalost. A ne na základě *viňňána*. Vi – znamená rozlišovat. Na základě znalosti, ňána zde znamená znalost, na základě nerozlišování, tomu se říká *nirvikalpa ňána.* Nirvikalpa znamená bez fabrikování, na základě rozlišování. Tam, kde to fabrikování na základě rozlišování není, tam je skutečná znalost. To neznamená, že ta skutečná znalost, jestliže je správná znalost ve světě, že ji popírá. Nepopírá ji. Ale dává i dimenzi nejvyšší reality. A účel skutečného náboženství je, abychom žili v té dimenzi nejvyšší reality. Na to se učím duchovno, abychom se naučili žít v dimenzi nejvyšší reality. A dimenze nejvyšší reality je dimenze, která neulpívá na rozlišování. Právě proto, že neulpívá na rozlišování, proto nic nefabrikuje. A tím, že nic nefabrikuje, žije v časových dimenzích i v nadčasových dimenzích.

Takže ta skutečnost, která vzniká na základě příčin a důvodů, je skutečnost, která je bez vlastních vlastností. A ta skutečnost bez vlastních vlastností je skutečnost, která je neodlišitelná od té nejvyšší reality, protože ta nejvyšší realita má jako skutečnou vlastní vlastnost, právě tu prázdnotu. A transcendentální moudrost, praxe bódhisattvů, je praxe jedné reality. Praxe jedné reality je praxe poznání toho, že jak skutečnost nejvyšší, tak i skutečnost relativní je jedna skutečnost. Proč? Protože to, co vyvstává, vyvstává na základě příčin a důvodů. A to, co vyvstává na základě příčin a důvodů, z hlediska nejvyšší reality nevyvstává ve skutečnosti. Jedině nejvyšší skutečnost je soběstačná. Relativní realita je soběstačná jedině v rámci té nejvyšší skutečnosti. A tu nejvyšší skutečnost nemůžeme poznat na základě rozlišujícího poznání, ale na základě poznání, které neulpívá na rozlišujícím poznání. A to poznání, které neulpívá na rozlišujícím poznání, to je nerozlišující poznání. To je třeba poznat. To poznání, co neulpívá na rozlišujícím poznání, to je poznání, které může chápat právě tu nejvyšší realitu. Poznání, které ulpívá na rozlišujícím poznání, nemůže poznat nejvyšší realitu, protože nejvyšší realita je neuchopitelná na základě pevných znaků, je neuchopitelná na základě přání. A proto nemá žádné vlastní jádro. Jeho vlastní jádro je právě ta prázdnota.

A teď se dostáváme, jelikož alespoň skončíme tuto část – **čtvrté útočiště**. Ten, kdo chce chápat Buddhovo učení, chápat rozměry Buddhova učení, by měl nacházet útočiště v Dharmě, ne v osobách. A text vysvětluje, to, co se nazývá Dharma, je právě skutečnost všech fenoménů tak, jak je. To znamená, že všechny fenomény nejsou skutečně vyvstalé, protože jejich vlastní vlastnost nemůže skutečně vyvstat. Jejich vlastní vlastnost je prázdnota. A prázdnota je právě to, co je nedosažitelné, co je nevysvětlitelné - *abhilápja*. To, co je rozlišující poznání, to můžeme vysvětlit, protože slova tomu dávají uchopitelnost. Slova dávají realitě uchopitelnost. A jelikož slova dávají realitě uchopitelnost, proto text vysvětluje, my vysvětlujeme Dharmu na základě slov, ale v Dharmě samotné žádná slova nejsou. A ve slovech též žádná Dharma není. Ten, kdo chce najít Dharmu ve slovech, vlastně tu neuchopitelnost Dharmy jako takové,

neuchopitelnost nirvány jako takové nikdy nemůže poznat, protože skutečný jazyk je beze slov. Proto mahájánová sútra tvrdí, že Buddha – což je paradox, samozřejmě, - že od svého Probuzení do svého vstupu do parinirvány nepromluvil ani slovo. Přesto jeho učení chápeme na základě slov. Samozřejmě my tu nejvyšší realitu můžeme poznávat na základě paradoxů.

Kumáradžíva nás povzbuzuje k tomu, abychom poznávali učení Buddhy bez ulpívání, na základě praxe právě božského sluchu. A pak můžeme poznat, že jestliže chceme rozdělit fenomény na základě duality, není to Buddhovo učení. My můžeme to chápat jakožto Buddhovo učení, ale není to Buddhovo učení, protože skutečné Buddhovo učení je to učení, jak to chápou adepti. Ne jak ho chápou ti, kteří si ho přisvojují na základě slov. Ovšem i adepti ze začátku potřebovali slova, aby chápali neuchopitelnost Buddhova učení. A proto praktikují šamathu, aby poznali stav bez mysli a pak praktikují vipassanu, aby poznali jak nás vlastní mysl vlastně šálí, podvádí.

Co je praxe bódhisattvů? Základ je šamatha, my praktikujeme šamathu, abychom poznali stav bez myšlení a vipašjana je stav bez mysli, která se hýbe na základě příčin a důvodů. A ta mysl, která se hýbe na základě příčin a důvodů, tu pozorujeme jako skutečně nevyvstalou. Ona vyvstává na základě příčin a důvodů. Jestliže ty příčiny nebudou, tak ona nevyvstane. Právě proto, jak vysvětluje Jógáčárabhúmišástra, všechny ty pomůcky, které buddhismus používá k tomu, abychom pochopili nejáství, pět agregátů existence, čtyři vznešené pravdy, všechno toto jsou též jen relativní pravda. Abychom na základě relativní pravdy poznali tu pravdu nejvyšší, která se nedá slovy manifestovat, nedá manifestovat na základě konceptů.

A přesto tato nejvyšší pravda je nedualistická. A protože je nedualistická, naše realita je od této pravdy neoddělitelná. Takže z hlediska transcendentální moudrosti my můžeme poznat jedině realitu tak, jak je, na základě neduality. A k tomu nám pomůže právě božský sluch, senzitivní sluch.

A jak už jsem se zmínil, v mahájánovém písmu, též v théravádě Buddha vysvětluje, proč se z osvobozování, jako přisvojování si stále jemnějšího pocitu. Jemnější pocit, hlubší uvolnění. Hlubší uvolnění, hlubší jasnost. Absolutní uvolnění, absolutní čistota. A to je učení Pradžňápáramity. To, co je neuchopitelné, je přirozeně jasné. A tím se dostáváme do další nadpřirozené schopnosti, ta je s tímto spojená, a to je schopnost proniknout rozdělujícím vědomím. To znamená číst vědomí druhých. To nám pomůže k tomu, abychom je mohli učit Dharmu, nebo sami chápat Dharmu, tak jak skutečně je a mohli je též učit Dharmu, tak jak skutečně je. Tedy, jak jsme se učili, tedy neuchopitelná, nevysvětlitelná realita, která je nadřazená časovosti. Přesto v časovosti existuje.

A tím končíme pro dnešek. Předáme zásluhy pro dobro všech bytostí.

Praxe poznávání mysli druhých

Kumáradžíva

Chce-li meditující dosáhnout [nadpřirozené schopnosti] poznávání mysli druhých, rozjímá nejprve o své vlastní mysli, přičemž si všímá jejích charakteristik vzniku, trvání a zániku. Pochopí také charakteristiky poskvrněné, neposkvrněné, soustředěné a rozptýlené mysli atd[485]. Kromě toho rozjímá o objektech mysli ve smyslu čisté či nečisté, blízké či vzdálené nebo velké či malé a poté, co si osvojil charakteristiky vědomí uvnitř a vně, si za objekty svého rozjímání vezme různé podoby vnímajících bytostí. Uchopí vlastnosti chamtivých myslí, zlostných myslí, pyšných myslí, lakomých myslí, žárlivých myslí, ustaraných myslí, ustrašených myslí a myslí, které projevují všechny druhy slovních projevů a zvuků. A pomyslí si: "Čas je jako moje mysl, když mysl vzniká, trvá a zaniká, dělá totéž. Když znám objekty své vlastní mysli, znám i objekty mysli druhých. Když znám vlastnosti forem a slovních projevů své mysli, znám i vlastnosti mysli druhých". Vytrvale se učí charakteristikám myslí, a když se v této praxi dobře vyzná, dosáhne poznání mysli druhých.

Tehdy prostě nahlíží do myslí a duševních faktorů druhých, jako když člověk jasným zrakem pozoruje ryby v průzračné vodě. Vidí všechny druhy ryb - velké, drobné, krásné i ošklivé - i když je voda může skrývat, díky průzračnosti vody je vidí všechny.

Stejně tak je meditující schopen vidět mysl vnímajících bytostí, i když je skryta tělem, a to díky síle svého poznání mysli druhých. Když dosáhne poznání mysli druhých, vyučuje Dharmu lidem, nejprve pochopí mysl posluchačů. Ví, jakou hlubokou mysl tyto bytosti používají, jakou metodu praktikují a co je činí šťastnými. Protože zná čistotu své vlastní mysli, chápe také, že mysl vnímajících bytostí může být čistá. Je jako čisté zrcadlo, které odráží původní podoby objektů, ať už jsou krátké nebo dlouhé, hranaté nebo kulaté, hrubé nebo jemné, aniž by cokoli přidával nebo ubíral[486]. Jak je to možné? I když zrcadlo nerozlišuje, přesto může díky své čistotě odhalit podoby předmětů.

Meditující je také takový. Protože jeho mysl je čistá, objekty nemají určitý tvar. Díky čistotě své mysli zná všechny mysli a mentální faktory vnímajících bytostí. Jsou-li mezi jeho posluchači bytosti, u nichž převládají smyslové touhy, pozná jejich mysl a učí je Dharmě o zanechání smyslnosti. Stejné je to s nenávistí a záští. Jak je to možné? Pravá mysl se vyznačuje osvobozením od nečistot v podobě tužeb, nenávisti a klamu[487]. Pokud jsou mezi jeho posluchači bytosti, které hledají nositele učení, pozná i jejich mysl a podle toho je bude učit Dharmu. I když je učí [Dharmu pro žáky], ví, že povaha Dharmy je prosta malosti. Pokud jde o

[485] Srovnej V.M. tr., 448-450.
[486] Srovnej Bhavanakrama 2, 248-251.
[487] Viz například Mahāprajñāpāramitā, Fo mu pin.

jednotlivce, kteří hledají cestu k realizaci buddhovství pro sebe, bude také znát jejich mysl a bude je podle toho učit, neboť ví, že povaha Dharmy je prosta malosti [stupně]. Pokud jde o jednotlivce hledající velký prostředek, bude také znát jejich mysl a učit je odpovídající Dharmě, přičemž bude vědět, že povaha Dharmy je rovněž prosta velikášství[488].

Takový je i praktikující [poznání mysli druhých], který učí Dharmu v souladu s rozmanitostí myslí vnímajících bytostí, aniž by se držel rozlišování podle mentálních forem. I když učí Dharmu rozlišující tři vozidla, nekazí povahu Dharmy. Protože nekazí povahu dharmy, důkladně zná mentální jednání všech bytostí. Když zná způsoby užívání své vlastní mysli, pozná i [způsoby užívání] mysli ostatních. Jelikož [zná] svou mysl i mysl druhých, je prostý následujících či protichůdných mentálních diferencí. Bude znát spojitost mysli vnímajících bytostí jako toku řeky. Poté, co si uvědomil povahu mysli, pozná, že taková je i povaha Dharmy. [Pravé] poznání mysli druhých tedy spočívá v poznání mysli vnímajících bytostí, abychom je mohli učit Dharmu, aniž bychom kazili [povahu mysli]. Tomu se říká nadpřirozené poznání mysli druhých.

Bhante Dhammadípa

(33. část)

Probírali jsme božský sluch, s tím jsme skončili. A tak další je *paračitta džňána*. To je důležitá věc, obzvláště pro ty, kteří chtějí mít větší rozhled o tom, jak praktikovat cestu bódhisattvů a jak to spojovat se všemi jinými cestami, protože cesta buddhů je v podstatě jedna cesta. A abychom vlastně správně učili a správně praktikovali, to je základ správné právě, musíme poznat vlastní myšlení. Tím, že poznáváme vlastní myšlení, my též máme přístup k poznání i myšlení druhých. To je důležitá věc. Jestliže neznáme své vlastní myšlení, my nemáme přístup k myšlení druhých. A my jim chceme pomoci a pomoci jim efektivně vlastně nemůžeme, protože my nerozumíme jejich myšlení. Ani nerozumíme svému vlastnímu myšlení. Jestliže čteme např. Vinšatiká[489], 20 veršů o pouhém vědomí od Vasubandhu. Tam je jeden krásný verš, verš 21, který vlastně objasňuje přesně to, co říká Pradžňápáramitásútra, sútry transcendentální moudrosti. Pokud neznáme skutečnost vlastní mysli, nemůžeme vlastně poznat mysl druhých. A skutečnost vlastní mysli, že žádnou vlastní skutečnost nemá. To je důležitá věc.

To je vlastně základ též našeho studia buddhismu. My musíme bezprostředně poznat, že mysl jako taková žádnou vlastní podstatu nemá. Aby mysl vznikla, musí být objekt, musí být pozornost vůči objektu atd. Musí být vůle. Pokud tyto obsahy mysli nevznikají, tak mysl tak,

488 Viz například T.1582, Guṇabhadra, Bosa shan jie pin, kap. 20, Bosa gong de pin.
489 Vimśatikāvijñaptimātratāsiddhi

jak ji známe, vlastně sama nevzniká. Čili, jak tento text též učí, obzvláště v této kapitole Poznání mysli druhých, vlastně tím, že poznáváme skutečnost mysli, poznáváme Buddhu. Protože Buddha není rozličný od skutečnosti mysli.

Kumáradžíva je velký propagátor Nágárdžunova učení a neodděluje ho jako takové od učení pouhého vědomí, vlastně je sbližuje v jeden celek. Skutečnost mysli je právě nemožnost vlastní podstaty mysli a nemožnost vlastní podstaty mysli je nemožnost vlastní podstaty všeho toho, co my vlastně můžeme uvnitř a venku poznat. Samozřejmě základ poznání je mysl. Díky mysli vlastně my poznáváme všechno ostatní. Pokud není mysl, co můžeme poznat? Čili mysl je základ poznání a vlastně podle buddhismu, to je základ buddhistického učení, všechny fenomény jsou obsažené v mysli. A mysl může obsáhnout všechny fenomény, protože sama žádný obsah jako takový, nezávislý na fenoménech, nemá. To je transcendentální moudrost. Čili mysl jako taková se nedá dosáhnout. A ta nedosažitelnost mysli je vlastně nedosažitelnost všech fenoménů našeho poznání.

Abychom svoji mysl poznali a poznali též i mysl druhých, musíme do mysli dát nějakou strukturu. To je důležité poznat. Pokud mysli nedáme nějakou strukturu, my vlastně mysl jako něco, co můžeme rozlišit, nemůžeme poznat. Ale mysl samotná má právě podstatu této nerozlišitelnosti. V této nerozlišitelnosti vlastně poznáváme všechno, co se poznat dá. To je důležité.

V některých tradicích, obzvláště v té tradici, kterou jsem se učil já v Barmě, v tradici vipassany na základě detailního rozboru všech obsahů objektů mysli a mysli samotné, my poznáváme mysl, protože vlastně ji dáme obsah. Jestliže mysli nedáme obsah, my nemůžeme mysl poznat. Proto mysl, charakter mysli je, že rozlišuje. A aby mysl něco rozlišovala, musí být nějaký obsah. Pokud není obsah, no tak mysl nic rozlišit, jako něco, co se dá chytit, nemůže rozlišit. Mysl může rozlišit jenom něco, co se dá chytit, pokud je tam objekt, a když je tam objekt, který se dá chytit, no pak jsou tam i faktory vědomí, faktory mysli neboli *čaitta* - doslova to, co mysli náleží neboli faktory mysli. My poznáváme mysl, protože poznáváme objekty a faktory mysli neboli to, co mysli bezprostředně patří, aby se hýbala.

Pokud se mysl nehýbe, tak my ji nemůžeme poznat. Nemůžeme ji poznat jako něco, co se dá rozlišit. A to, co se dá rozlišit, to se musí chytit, aby se to rozlišilo. To se musí stát obsahem vnímání. Každá mysl, která se dá chytit, musí mít vnímání. Jestliže má vnímání, bude mít počitek, jestliže má počitek, no tak my se můžeme vůči objektu, my s objektem máme vztah, tento vztah je možný, protože rozebíráme strukturu objektu a rozebíráme též strukturu mysli, která se k objektu váže.

Jak poznáme mysl druhých? Samozřejmě tím, že poznáme svoji mysl. Pokud nepoznáme svoji mysl, nemůžeme poznat mysl druhých. Stejně tak, jako když nemeditujeme třeba na kostru, tak my nemůžeme poznat druhé jako kostru. Můžeme se dívat na obrázek kostry ale nepoznáme druhé, jako bezprostřední vnímání druhých jako kostru. My jedině poznáme druhé jako kostru, když meditujeme na kostru. Pak i živá bytost se nám jeví v podobě kostry. Ve Visuddhimagga najdeme krásný příběh mnicha, který se prochází lesem a přijde k němu žena,

která se snaží navázat s ním konverzaci, aby ulpěl na ni pozornost, ovšem on nemá zájem, protože medituje na kostru, a tak, přesto že se snaží všemi možnými způsoby vzbudit pozornost tím, že odhaluje různé části svého těla, on vnímá jenom kostru. A tak, jelikož nedává pozor na tu ženu, ona odejde, jde dál A za chvilku přiběhne její manžel a chytím mnicha a ptá se ho: „Vznešený zdalipak jste neviděl moji ženu, jak tudy pocházela a mohl byste mi říci, kterým směrem se dala?“ A on povídá: „Já jsem žádnou ženu neviděl, já jsem tady viděl kostru.“ A tak ten manžel samozřejmě zklamán odchází dál, protože mnich meditoval na kostru.

Stejně tak, když my meditujeme, my máme systém, to už je vlastně jedno, jaký systém zaujme, jestli systém, jak mysl zkoumá sarvástiváda nebo vidžňánaváda nebo théraváda. Jestliže máme systém, jak zkoumat mysl, z toho důvodu právě, co říkám, mahájánové učení tvrdí, že ty obsahy mysli a obsahy pěti agregátů, co je vlastně naše zkušenost, je konvenční realita. To není ta absolutní realita. Je to konvenční realita, protože jedině konvenční realitu my můžeme chytit. Tu nejvyšší realitu my chytit nemůžeme. Samozřejmě základní princip buddhismu je, že na základě konvenční reality my chápeme tu realitu nejvyšší, tu realitu absolutní, realitu nirvány, realitu takovosti. Ovšem od samého počátku, ta realita takovosti a realita konvenční se nedají od sebe rozdělit. Protože ta nejvyšší realita k ní se nedá nic přidat, z ní se nedá nic ubrat. Stejně tak z konvenční reality, tak jak skutečně je, nic se tam nedá přidat, nic se z ní nedá ubrat. My to děláme, samozřejmě. Ale na základě toho svého subjektivního poznání, ne na základě objektivního poznání. To je důležité pochopit.

Když poznáme, že naše vlastní mysl je vlastně neuchopitelná a neuchopitelnost je vlastně to, jak Kumáradžíva ukazuje, když si upomínáme na neuchopitelnost, upomínáme se na Buddhu. Protože ty objekty Buddhy a poznání Buddhy je neuchopitelné, právě proto ta skutečnost Buddhy je ta skutečná skutečnost. A ta skutečná skutečnost je neuchopitelná. Právě protože Buddha poznává tu relativní realitu na základě neuchopitelnosti, proto ji proniká bez toho, aby něco přidával nebo aby něco ubíral. A proto je ve stavu takovosti. A může k tomuto stavu ostatní vést podle jejich schopnosti vnímání. Čili vlastně, jak text ukazuje, mluvili jsme o tom ve vysvětlení božského sluchu, právě tím, že chápeme že naše útočiště je moudrost, tzn. nerozlišující moudrost zde a ne rozlišující moudrost, právě proto my chápeme, že vlastně všechny sútry Buddhy, jestliže to chápeme, všechny sútry Buddhy jsou sútry, které vedou k této moudrosti. Čili vlastně sútry Buddhy, projevy Buddhy, všechny vedou pouze a jen k této moudrosti, moudrosti neuchopitelnosti naší skutečnosti, uvnitř a venku. Ze základního poznání této neuchopitelnosti my pak rozlišujeme a rozlišujeme tak, že odstraňujeme překážky. Protože v té skutečnosti, tak jak je, právě ta skutečnost je tak důležitá, protože odstraňuje překážky. A stav bez překážek, je právě stav Buddhy.

A teď jak my poznáváme tedy mysl druhých. To text jasně nevysvětluje, ale to je důležité pochopit. Musíme nezbytně analyzovat strukturu svého poznání. Podle učení Abhidharmy, abychom poznali strukturu svého poznání, musíme mít přístup k poznání samotnému. Teď je princip buddhismu, že mysl nevidí sama sebe. To, co my vidíme, jako mysl, je vlastně předcházející mysl, protože mysl vyvstává, tedy mysl napojená na objekt, napojená na vůli vůči

objektu, vyvstává a zaniká v každém okamžiku. To je důležité pochopit. A to je vlastně základ poznání, že tam je mysl, která vzniká a zaniká, je základ všeho poznání. A ta mysl, která vzniká a zaniká, je stejně neuchopitelná, jako realita samotná. Protože to, co my uchopujeme, je vlastně minulá mysl. Stejně tak jako nůž nemůže řezat sám sebe, prst nemůže ukazovat sám sebe, mysl též sama sebe nepozná. To je přesně to, co Vasubandhu vysvětluje ve 20 a 30 verších pouhého vědomí[490].

A jak tedy získáme přístup k tomu, abychom analyzovali mysl? To náš text nevysvětluje, ale náš text jasně zdůrazňuje důležitost šamathy, důležitost mistrovství v koncentraci. Na základě šamathy a šamatha je vysvětlována v základním učení žáků jakožto čtyři absorpce do jemných objektů a čtyři absorpce do bezforemných objektů. Mistrovství těchto absorpcí je vlastně základní učení šamathy a toto základní učení šamathy je základ i pro učení bódhisattvů, které tvrdí, že vlastně počet samádhi, počet dhján, je neomezený. Ne jenom čtyři základní dhjány, ale vlastně neomezený, protože všechny objekty, z hlediska transcendentální moudrosti se můžou stát objekty dhjány, jestliže mysl je ve stavu dhjány moudrosti. Dhjána moudrosti je základ všech dhján. Ale abychom získali tu dhjánu moudrosti, přesto abychom získali přístup k nekonečným dhjánám, přesto původní ty čtyři základní dhjány, je ten nejefektivnější přístup.

A co se děje v těch základních dhjánách? V těch základních dhjánách se děje stav, to už jsme vysvětlili, kdy vlastně meditující ve stavu absorpce se může obrátit k tzv. základnímu vědomí. Ať už ho nazveme jakkoliv, to základní vědomí podle Abhidharmy nebo Abhidhammy théravádové vlastně základ vědomí je materiální. Je to tzv. *hadaja vatthu*. Ale ten *dvára*, tím čím vědomí se otvírá, to je právě ta bhavanga. Bhavanga je dvára[491], stejně tak abychom viděli, potřebujeme dvára – cestu oka a cesta oka je vlastně optické vědomí. Abychom mohli objekt nějakým způsobem uchopit, potřebujeme ten základ vědomí. To je ten otvor vědomí. To je ta cesta vědomí. V té cestě vědomí se právě vyjevují, ta cesta vědomí je kontinuita vědomí a v ní se vyjevují právě objekty vědomí. Ale to my nejsme schopni pochopit, pokud nejsme ve stavu absorpce. Ve stavu absorpce my se můžeme obrátit na ten základ vědomí, z kterého vychází ta cesta vědomí. Nebo ten základ vědomí je vlastně důvod toho, že vědomí, ačkoli stále vzniká a zaniká, má kontinuitu. Ale ta kontinuita vědomí musí být též na základě něčeho, co se dá uchopit. To, co se nedá uchopit, to nemůže být základ vědomí, protože vědomí existuje na základě objektu. A to základní vědomí je právě to vědomí, které uchopuje, uchopuje nás svět a v tom uchopování našeho světa je naše kontinuita. Naše kontinuita je v uchopování našeho světa. Jak vnitřního, tak i vnějšího. My uchopujeme vnější svět, protože uchopujeme vnitřní svět. My uchopujeme vnitřní svět, protože uchopujeme vnější svět.

A teď jelikož je stav absorpce, tak meditující stejný objekt, který je základ jeho dhjány, ať už je to mentální obraz dechu nebo jiný mentální obraz, když byl upevněn, tak stejný obraz vidí v tom základním vědomí, které se vyjevuje jako jisté osvícené těleso v hrudi. Proto na základě toho právě théraváda tvrdí, že v hrudi, na základě srdce a to srdce, v kterém se vyjevuje je

---

[490] 30 veršů, 20 veršů
[491] dveře, portál.

vlastně spojené s fyzickým srdcem. Má dokonce i tvar, jak Abhidharma vysvětluje, převráceného lotusu, ale to je všechno učení pozdější Abhidharmy. V rané Abhidharmě nenajdeme žádné tyto principy. Teprve v *paččaja*, ve vysvětlení 24 *paččaja*[492] *(pratjaja)* my najdeme toto učení o *hadaja-vatthu*[493], o základu v srdci.

Ať už pochopíme základ vědomí jakýmkoli způsobem, my ten základ vědomí chápeme na základě absorpce. Na základě absorpce, když chápeme ten základ vědomí, tak pak v tom základu vědomí vidíme též to, čemu se říká *čitta santati* – kontinuitu vědomí, která jde k tomu objektu. Protože aby mysl běhala, musí, abychom viděli, že mysl je vlastně běh, musí tam být nějaký objekt. Jestli tam objekt není, tak my nevidíme, že mysl je běh. V podstatě ta *álaja* nebo *bhavanga* je též běh. A též má objekt. Kdyby neměla objekt, no tak by ta kontinuita nebyla. Kontinuita je na základě objektu. Ale na základě objektu uchopení objektu. To je ten paradox. My musíme objekt uchopit, abychom viděli kontinuitu vědomí. Když objekt neuchopíme, my

---

[492] paččaja: ‚podmínka', je to, na čem je něco jiného (podmíněná věc) závislé a bez čehož nemůže podmíněná věc existovat. Existuje mnoho způsobů, jak může být nějaká věc či událost podmínkou jiné věci či události. V Pattháně, poslední knize Abhidhamma-pitaky, která obsahuje v thajské edici šest velkých svazků, je uvedeno a vysvětleno dvacet čtyři způsobů podmíněnosti. Tyto způsoby podmíněnosti jsou zde pak aplikovány na veškeré mentální a tělesné jevy a události, čímž je ukázána jejich podmíněná povaha. (Nyanatiloka Thera: Buddhistický slovník - zkráceno):
1. podmínka kořene (hétu-paččaja)
2. podmínka předmětu (árammana-paččaja)
3. převažující (určující) podmínka (adhipati-paččaja)
4. předcházející podmínka (anantara-paččaja)
5. bezprostřední podmínka (samanantara-paččaja)
6. podmínka spoluzrození (sahadžáta-paččaja)
7. podmínka vzájemnosti (aňňamaňňa-paččaja)
8. podmínka podpory (nissaja-paččaja)
9. podmínka rozhodující podpory či podnětu (upanissaja-paččaja)
10. podmínka předchozího zrození (purédžáta-paččaja)
11. podmínka následujícího zrození (paččhádžáta-paččaja)
12. podmínka opakování (ásévana-paččaja)
13. podmínka karmy (kamma-paččaja)
14. podmínka karmického následku (vipáka-paččaja)
15. podmínka potravy (áhára-paččaja)
16. podmínka schopnosti (indrija-paččaja)
17. podmínka pohroužení (džhána-paččaja)
18. podmínka stezky (magga-paččaja)
19. podmínka propojenosti (sampajutta-paččaja)
20. podmínka oddělenosti (vippajutta-paččaja)
21. podmínka přítomnosti (atthi-paččaja)
22. podmínka nepřítomnosti (natthi-paččaja)
23. podmínka zmizení (vigata-paččaja)
24. podmínka nezmizení (avigata-paččaja).

[493] hadaja-vatthu: ‚srdce jakožto tělesná základna' mentálního života. Podle komentářů i obecné buddhistické tradice tvoří srdce tělesnou základnu vědomí. V kanonických textech ani v Abhidhamma-pitace není ale žádná taková základna nikdy lokalizována, což je skutečnost, kterou patrně poprvé objevil Shwe Zan Aung (Compendium of Philosophy, str. 277 a další). V Patth. nalézáme opakovaně pouze následující pasáž: „Ta hmotná věc, na jejímž základě fungují prvek mysli a prvek mentálního vědomí" (jam rúpam nissája manódhátu ča manóviňňána-dhátu ča vattanti, tam rúpam). (Thera Nyanatiloka: Buddhistický slovník)

kontinuitu vědomí nevidíme. Ale přesto, že ji nevidíme, tak vědomí je od této kontinuity neoddělitelné. Jaké vědomí? To vědomí, které můžeme analyzovat.

A teď jestliže máme dhjánu, tak v té mysli neboli v tom běhu mysli, která jde k objektu dhjány, my můžeme jasně rozpoznat faktory mysli, které existují v prvním, druhém, třetím, čtvrtém stavu absorpce v objektu, tedy dhjány. My je můžeme jasně analyzovat, protože začínáme tím, jak jsme vysvětlili v předešlé části, jelikož známe ty džhána anga, což znamená důvody. Dhjány též v době Buddhy si meditující představovali stav dhjány jakožto osvobození. Podle komentářů učitelé Buddhy prezentovali Šákjamuni Buddhovi arúpa dhjány jakožto stav osvobození. Ale Buddha ve své neuchopitelné moudrosti viděl, že co se dá uchopit, stav osvobození nemůže být. Protože to, co se dá uchopit, je a priori něco, co nemůže být stálé. To je moudrost Buddhova učení. To, co se dá uchopit, musí a priori být nestálé. Čili to nemůže být ta nejvyšší realita. Protože nejvyšší realita neboli skutečné Já je též a priori něco, co se nemění.

A tak Buddha podle komentářů súter zkoušel šest let extrémní askezi a též neuspěl dosáhnout stavu plného probuzení. Proto pod stromem Buddhy, jak Upakilésa, Madždžhimanikája atd. vysvětluje, on vlastně našel ten pravý způsob. A to je spojit samathu s vipassanou. Jak to udělal? No právě tak, ve stavu čisté dhjány analyzoval své vědomí. Ve stavu čisté dhjány analyzoval své vědomí. Stav čisté dhjány je jako stav čistého zrcadla, protože v dhjáně je mysl čistá. Čistá mysl se nehýbe. Jestliže chápeme, že čistá mysl se nehýbe, pak můžeme najít i čistotu v té mysli, která se hýbe. A jestliže nenajde čistotu v té mysli, která se nehýbe, my budeme mít velké problémy nacházet čistotu v mysli, která se hýbe. Protože mysl, která se hýbe už je vázaná na vnímání a na počitky, které jsou subjektivní. A ty vlastně tvoří obsah světské mysli. Obsah světské mysli je právě ta formace mysli za základě vnímání a počitků. A podle této formace mysli my vlastně se vztahujeme k objektu. Ať už pozitivně, negativně, ať už na základě libosti nebo nelibosti. A nebo na základě odpojení.

Džhána, jelikož má též příčiny a důvody, je též stejně jako všechno ostatní, co se dá chytit, je relativní realita. Všechno, co se dá chytit je relativní realita. Džhána je též relativní realita, jak už jsme v předešlé části vysvětlili, protože má příčiny a důvody. A ty příčiny a důvody jsou jasně poznatelné ve stavu dhjány. Když meditující se na základě své absorpce v mentální obraz objektu může pozorovat ten objekt na základě svého vědomí, balance, což je otevření vědomí, tak uvidí tu mysl, která se k tomu objektu vztahuje a v té mysli může jasně rozpoznat těch pět faktorů nebo důvodů první džhány.

A jak už jsme rozebrali, ty ostatní džhány mají též své důvody. Ty důvody vlastně tím, že se meditující dostává do vyšších džhán, vlastně odbourává, to jsme vysvětlili ten počet těch důvodů dhjány. Až nakonec zbyde čistá upekša a čisté uvědomělé, bdělé poznání, které vlastně je s vyčištěním upekša, jelikož vyčištění je s pocitem ani štěstí, ani strasti, neutrální pocit. Tím pádem je zbavena těch formací mysli, které vedou k naší libosti nebo nelibosti. Jelikož ty formace mysli nejsou, které vedou k libosti nebo nelibosti, není ani příjemný pocit, ani nepříjemný pocit, proto ve čtvrté dhjáně, jak už jsme vysvětlili je vlastně mysl vyčištěna.

Proto, jak už jsme vysvětlili, Jógáčárabhúmišástra prezentuje čtvrtou džhánu jako nirvána sadriša, jako stav podobný nirváně. Ale není to nirvána, jen stav podobný nirváně, protože nirvána je stav neměnný. Čtvrtá dhjána pokračuje, pokud meditující je v těch důvodech a příčinách čtvrté dhjány. Jestliže ty důvody a příčiny zmizí, tak též ta čistota bdělého poznání a čistota té stejnosti mysli též zmizí. A znovu se objeví ty libosti a nelibosti, které vlastně řídí náš vztah vůči sobě a vůči objektu. Uvnitř i venku.

A jestliže analyzuje ty důvody džhány, tak může analyzovat buď podle théravádové šablony nebo podle jiných šablon, théravádová šablona je velice efektivní. A analyzuje těch sedm *sabbačitta*[494] sadhárana[495] těch sedm faktorů mysli, které existují v každé mysli. Pak šest pakiňňaka[496]. Vitarka, vičára, píti, čhanda, adimókša - to je těch šest faktorů mysli, které můžou být v zdravé mysli i v nezdravé mysli. Nebudeme je dále rozvádět, to bychom neskončili. Pak ty faktory podle théravádové Abhidharmy, máme 25 faktorů zdravé mysli nebo kušala mysli neboli příhodného stavu mysli. Z nich některé nejsou v džháně, pokud objekt není např. meditace na karuna atd., protože to je též pozitivní faktor mysli, jestliže nemeditujeme na ten objektivní faktor mysli, no tak tam nebude jasně vyvstávat. Když ubereme tyto faktory, tak získáme podle théravádové šablony 35 faktorů mysli, které existují v první džháně. Všechny jsou analyzované ve Visuddhimagga podle čtyř aspektů, aspektů jejich vlastnosti, jejich rasa, aspektu funkce, aspektu manifestace a aspektu prvotního důvodu jejich vyvstání. Podle této šablony mi je můžeme analyzovat, jasně poznat a pak, jestliže jsme je poznali v dhjáně, tak je poznáváme i v jiných stavech mysli než je dhjána. Na základě našeho tzv. upačára samádhi, základního samádhi, protože jestli vidíme mysl, my už vlastně vycházíme ze stavu absorpce.

---

[494] sabbačitta: Každé vědomí se skládá ze 7 univerzálií neboli společných vlastností (sabbačitta):

1. phassa (kontakt)
2. védana (pocit)
3. saňňa (vnímání)
4. čétana (vůle)
5. ékaggatá (jednobodovost mysli)
6. džívitindrija (psychický život)
7. manasikára (pozornost)

[495] léčení nebo řešení.

[496] pakiňňaka čétasika: Existuje 6 pakiňňaka čétasika neboli zvláštních čétasika. Působí jako flexibilní k čitta, vznikají společně. Když vzniknou spolu s kusala čittou, budou se chovat jako kusala čétasika, a když vzniknou spolu s akusala čittou, budou se chovat jako akusala čétasika. Jsou-li společně vznikající čitty opět abjakata četasiky, budou konat práci abjakata. - Abjakata nemají potenciál kammy ani kammickou sílu. Příklady abjakata dhammy jsou kirija čitta, vipáka čitta, rupá dhamma a všechny tyto nemají kammický účinek. Pakiňňaka četasiky souvisí s čittou, kterou doprovázely. Existuje 6 pakiňňaka čétasika neboli 6 zvláštních čétasik. Jsou to:

1. vitakka
2. vičára
3. virija
4. piti
5. čanda
6. adhimokkha

Těchto 6 čétasik se spolu se 7 univerzálními četasikami souhrnně nazývá annasamana četasiky. Anna znamená zabývat se nebo opakovat. Samána znamená souhlasit. Obě třídy tedy souhlasí s jakoukoli čittou. Když vznikají s kusala čittou, chovají se jako kusala čétasika, a když s akusala, stávají se akusala čétasikami. - Výjimkou je, že 7 univerzálních čétasik vždy vyvstává s každou čittou, ať je jakéhokoli druhu, ale 6 pakinnaka neboli konkrétních čétasik někdy vyvstává a někdy nevyvstává. (*Wisdom Library*)

Čili se nacházíme striktně řečeno ve stavu, kterému říká mahájánové učení *ánantárija džhána,* v théravádě se říká *upačára džhána* a v té upačára džhána vlastně my, podle théravádové teorie, my vlastně opouštíme ten stav absorpce. Podle mahájánové teorie my jsme ve stavu sjednocení šamathy i vipašjany. Jak to vysvětlíme, na tom tolik nezáleží. Vlastně se jedná o stejný zážitek.

My můžeme pak na základě šablony našeho poznání mentálních faktorů, my můžeme pak poznat jak tyto faktory prvně poznáme ve všech stavech příhodné mysli nebo zdravé mysli a pak můžeme i hrát, že vlastně hrajeme, necháváme vyvstávat jisté stavy mysli, a protože jsme familiární s těmi faktory mysli, tak je vidíme v té mysli. Protože jsme s nimi familiární. To už říkal starý Sokrates, my vlastně můžeme poznat jenom to, co my známe, to, co my neznáme, to nepoznáme. Ale protože my se familiarizujeme se strukturou mysli, ať už podle théravády nebo podle jiného učení. Ta struktura mysli je založená na samádhi jogínů. A samádhi jogínů, které na základě uchopení objektu, je též relativní samádhi. To skutečné, to nadsvětské samádhi, je právě nadsvětské samádhi, protože má objekt, který se nedá uchopit. A to je prázdnota, to je *ánimitta*, to je stav bez znaku objektu, to je a*pranihita*, to je stav bez uchopování. A tento stav je též spojen se skutečným poznáním reality tak, jak je. A skutečné poznání reality tak, jak je, je že realita v jakékoli formě nemůže vycházet s mysli, která je právě charakterizována touto neuchopitelností.

Čili tato neuchopitelnost neboli takovost neboli *bhútakoti*[497], extrém reality, to znamená extrém reality ve kterém realita jako taková, tzn. jako něco, co se dá uchopit, mizí, proto se to nazývá extrém reality. Tento extrém reality je právě takovost, je právě nirvána. A jak už jsme vysvětlili v rámci čtyř vznešených pravd, právě Střední cesta, *madždžhimápatipada* může jedině být naplněna, to znamená osmičlenná ve své plnosti, jedině na základě objektu, který se nedá uchopit. Jestliže se objekt uchopit dá, tak nemůžeme mít ty tři učení nebi tři významy Buddhova učení pohromadě. To znamená disciplínu, koncentraci a moudrost. Pokud objekt je objekt, který se dá uchopit, pak my tyto tři články Střední cesty nemůžeme mít najednou. Protože moudrost ve své podstatě je neuchopitelná, je nirvikalpa, je něco, co není založené na rozlišování.

Ale bez rozlišování my k této nerozlišující moudrosti my se nemůžeme dostat. My se k ní dostáváme, to je ten paradox, my se dostáváme k nerozlišující moudrosti správným rozlišením. Správné rozlišení je právě na základě správného poznání toho, co je relativní. Bez správného poznání toho, co je relativní, jako toho, co je poznamenáno v každém momentu nestálostí, strastí nestálosti, nejástvím nestálosti, no tak pak my ty tři složky Buddhova učení nedostaneme jako jeden celek. A jen jestliže tyto tři složky jsou jeden celek, pak se ve vědomí samotném vyjeví Střední cesta.

A teď se vracíme k našemu textu. Text tvrdí, že jestliže mysl je čistá, nemá žádný definitivní tvar. To je důležité pochopit. To je transcendentální moudrost. Jestliže mysl je čistá, a mysl

---

[497] bhútakoti: V sanskrtu doslova "konec", "hranice" nebo snad "okraj" či "vrchol" (koti) "skutečnosti" (bhúta); "vrcholný zážitek" či "konečný stav", který se uskutečňuje v prožitku absolutna (paramártha). Více viz Slovník

může být čistá jak s objektem, tak i bez objektu. Ale jestliže mysl je čistá, tak nemá žádný definitivní tvar. A jelikož meditující poznává tuto čistotu mysli, může též poznat mysl druhých. Jestliže nepoznal, podle našeho textu, vlastní čistotu mysli, on též nemůže správně vlastně poznat mysl druhých, protože jakmile se vztahuje k mysli druhých – to je ten paradox, o kterém jsme mluvili – už jako bez čisté mysli, už je tam právě ta percepce a počitek libosti, nelibosti a reakce s tím spojené.

A právě proto, že je familiární s tímto stavem mysli, pak může poznávat mysl druhých na základě té šablony, kterou najdeme třeba v Sámaňňaphalasutta a podle toho též v Patisambhidamagga ve Visuddhimagga atd. Máme vlastně šablonu mysli na poznávání své mysli a poznávání mysli druhých je *sarága*, *virága*, je s chtíčem nebo bez chtíče. Je sadosa a *vigatadosa*, je s nelibostí anebo bez nelibosti. Je s móha, je se zaslepením nebo bez zaslepení. Je *samkita*, *vikkhitta*[498] – je rozplynutá nebo je dána dohromady. Je koncentrovaná nebo je bez koncentrace. Je *uttara*, *anuttara* je s tím, že může být vyšší anebo už nemůže být vyšší. Je *hína*[499] *panita*, je inferiorní nebo je vyšší. Inferiorní to je myšleno v kámadhátu, ve stavu percepce, která je dominována pěti smysly. Vyšší je ve stavu rúpa a arúpa, ve stavu jemných forem nebo ve stavu bezforemnosti. Jestli je vimutta, jestli je zde vysvobozená, protože se jedná o mysl, která se dá uchopit, komentář jasně vysvětluje, obzvláště komentář Visuddhimaggy. Vimutta – vysvobozená mysl nebo nevysvobozená mysl neznamená vysvobozená ve stavu nirvány nebo nemá nirvánu, ale znamená vysvobozená od pěti nívarana, od pěti překážek mysli, které neumožňují stav absorpce. To vysvobozená a nevysvobozená. Protože mluvíme o mysli, která se dá uchopit.

Mysl, která se uchopit nedá se analyzovat nedá. Jedině ta mysl, která se uchopit dá, tu mysl my můžeme analyzovat. Ale pokud my neanalyzujeme tu mysl, která se uchopit dá, to je ten paradox, my se k té mysli, která se uchopit nedá, nedostaneme. My musíme první správně pochopit tu mysl, která se analyzovat dá, abychom se dostali k té mysli, která se uchopit nedá. A na základě tohoto pochopení pak meditující může jasně vidět též na základě této čistoty, schopnosti a vlastně motivace myslí těch, které vlastně chce pochopit. Ať už jestliže mají motivaci k osvobození, mají motivaci k osvobození individuálnímu jako žáci nebo mají motivaci dosáhnout stavu buddhy sám pro sebe – pratjékabuddhy, tento stav je obdařen daleko hlubšími nadpřirozenými schopnostmi než stav žáka, podle tradice. A jsou to vlastně buddhové v meziobdobí kdy neexistuje plně osvícený buddha. A pak mysl bódhisattvů, kteří mají motivaci k osvobození společně se všemi bytostmi.

A jak dosáhnou osvobození společně se všemi bytostmi? Právě tím, že meditují na mysle druhých jako na svoji mysl, jako jednu neuchopitelnou skutečnost. A tím právě se vlastně ztotožňují s myslemi druhých, tím, že se odpojí od vlastní mysli, vlastně získávají poznání myslí druhých. Tím, že poznají nejáství své vlastní mysli, poznávají též nejáství mysli druhých. A můžou je vést do stavu vlastně vše-poznání. Protože vše-poznání je poznání na základě mysli.

---

[498] rozrušená, zmatená.

[499] nízká; podřadná.

Arahat, podle tradice má též vše-poznání, ale nemá vše-poznání na základě všech aspektů. Vše-poznání na základě všech aspektů je cesta bódhisattvy, která ústí právě ve stav perfekce. Proč stav vše-poznání ve všech aspektech. Protože zkoumá, pokračuje stále ve zkoumání jeho cíl není opustit samsáru, ale poznat samsáru jako nirvánu. Tím, že má motivaci poznat samsáru jako nirvánu, poznat jen jednu realitu, tím vlastně poznává všechny objekty poznání jsou pro něj vlastně škola, jak poznat všechny aspekty vyvstání mysli, trvání mysli a zániku mysli. To vysvětluje jasně obzvláště Jógáčárabhúmišástra, máme to též v Sandhinirmóčana sútra, v sútře Rozvázání uzlů. To je základ vlastně motivace nejvyššího probuzení.

Co je nejvyšší probuzení? Text vysvětluje, to nejvyšší probuzení je ta neuchopitelnost mysli, ve které se vše uchopitelné, ve všech aspektech odráží. A v rámci vysvětlení těch nadpřirozených schopností, my jsme vysvětlili, že ty nejvyšší podle učení jak théravádového, tak i mahájánového, privilegium Buddhy spočívá, že ty největší iddhi, největší úspěch, tedy i úspěch v nadpřirozených silách, je schopnost tří zázraků. Zázraku v transformaci, na základě vědomí a zázraku v *ádesana anušásana*. Anušásana je, že na základě poznání mysli druhých, o n je může vést podle toho, jaké mají pozadí a jaké mají motivace, désaná je, že může učit ve všech stavech existence. Může učit podle těch stavů existence. A ty stavy existence, jsou stavy změny. Stavy existence jsou stavy změny. Právě proto v tantrické praxi, ten, kdo praktikuje tantrickou praxi, nejprve musí odřezat všechny stavy existence, aby pochopil tu nejvyšší realitu, která je neuchopitelná. Jestliže neodřežeme stavy existence, stavy existence jsou stavy přechodnosti, my vlastně nemáme otevření ke stavu neuchopitelného.

Čili máme první stav praxi odřezávání, což není oddělené, i v našem textu můžeme nalézt stejnou myšlenku, což není oddělené od vlastní mysli a poznání mysli druhých, jakožto procesu nestálosti. Ale proces nestálosti my můžeme jedině pochopit v jeho skutečnosti, to znamená ve skutečnosti toho, že není oddělitelný od stavu čistoty, ve kterém se všechno odráží, pokud my nechápeme, že ten stav té nejvyšší reality, která je neuchopitelná, která sice se dá prezentovat na základě různých symbolů, ale jako taková je neuchopitelná, ten stav neuchopitelné reality je neoddělitelný od stavu té nestálosti, ve které se nacházíme, a kterou je možné analyzovat, uchytit. Ale my ji uchytíme jedině správně na základě, jak už text jasně vysvětluje, na základě té čisté mysli. A proto na základě té čisté mysli, kterou nic neuchopujeme, text vysvětluje my neničíme doslova to, co se nazývá dharma svabháva, podstatní vlastní dharmy samotné. Jedině čistá mysl neničí vlastní podstatu dharmy samotné.

Co je vlastní podstata dharmy samotné? No, to je ta neuchopitelnost. To je ta takovost, to je ta nirvána. A právě proto, že neuchopuje meditující, který praktikuje poznání mysli druhých, může uspět jedině tím, že neuchopuje vlastní mysl, ale neuchopováním vlastní mysli on se snaží pochopit ty tendence vlastní mysli a on vlastně zkoumá svoji mysl na základě sledování neuchopitelnosti mysli. On poznává vlastní mysl na základě zkoumání neuchopitelnosti vlastní mysli. A právě proto, že tak dělá, může též zkoumat mysl druhých na základě zkoumání, tím že zkoumá vlastní mysl, která se hýbe, která má své tendence ale v rámci neuchopitelnosti. V té neuchopitelnosti je právě ta čistota.

A pro dnešek bychom skončili tady. Prostudujte, já jsem dnes šel od textu, radši jsem se spolehl na svoji vlastní intuici, než vykládat. Ale ty hlavní myšlenky Kumáradžívova pochopení jsem vysvětlil. Vysvětlili jsme též v minulých lekcích, že Kumáradžíva vysvětluje právě tyto nepřirozené schopnosti po vysvětlení čtyř vznešených pravd. Čtyři vznešené pravdy on vysvětluje čistě z hlediska praxe žáků. A zajímavé je, že právě ve vysvětlení těch nadpřirozených sil, on je vysvětluje čistě z hlediska praxe velkého soucitu. A praxe velkého soucitu je praxe jedné reality. Praxe velkého soucitu je praxe velké reality. To text též jasně vysvětluje. Protože velký soucit může jedině vyvstat na základě velké moudrosti.

A ta velká moudrost to je transcendentální moudrost. Čili mahájánová praxe či praxe bódhisattvů, a to se nedá nazvat mahájánová, protože žáci nemají praxi mahájány. Ten, kdo praktikuje na základě velké moudrosti a velká moudrost je ta moudrost, která ukazuje, že je realita jen jedna. Tento princip i najdeme i v théravádě. Tak vlastně, na základě velké moudrosti může, že skutečná realita je jen jedna, je neuchopitelná, je prázdná vlastní podstaty, je bez znaků, které se dají uchopit, je ve stavu bez chtíče, ta realita je základem všech ostatních realit. A ta reality, jestliže se stá základem všech ostatních realit, stává se též základem velkého soucitu vůči všem bytostem, které se právě nachází v této realitě a nejsou si toho vědomy. Bódhisattva je ten, která je si této reality vědom a nechá v sobě vyvstat velký soucit, aby ostatní též k této realitě vedl. A protože tato realita je jedna, zůstává díky svému velkému soucitu zůstává v samsáře, protože jiný svět není. A na základě velké moudrosti, která se od velkého soucitu nedá oddělit, žije tak, aby v této samsáře, na základě velké moudrosti ne zničil nevědomí, ale proniknul nevědomí.

Proniknutí nevědomí je proniknutím jedné reality. A aby člověk proniknul nevědomí, musí na světě zůstat. Jinak nevědomí nepronikne.

A to by bylo všechno pro dnešek a zbývá praxe poznání minulých životů a praxe božského zraku, které jsou obzvláště důležité, protože bez nich nezískáme velké probuzení. Podle i théravádové teorie, každý velký arahat., každý velký buddha je velký buddha, protože má *té-viddža*[500], má tři viddža – tři vědy. Vědu poznání, že důvody k dalšímu zrozování byly vyčerpány nebo že tyto důvody plně proniknul, že zná své minulé životy. Plné poznání svých minulých životů, jak se dozvíme, je vlastně poznání, že náš život je jako sen. No a božské oko je poznání toho, jak my na základě akumulace svých formací vůle se zrozujeme v různých stavech existence v kontinuitě života. Kontinuita života je kontinuita formování, akumulování formování vědomí na základě vůle.

A to by bylo všechno pro dnešek, už jsme čas překročili. Ale snad to bude k něčemu dobré a skončíme tady, jestliže jsou nějaké otázky, tak je zodpovíme. Anebo je necháme na příští týden, abyste je mohli lépe v hlavě formulovat. Teď jestli je nějaká urgentní otázka?

---

[500] té-viddžá: ten, kdo je obdařen ‚trojím (vyšším) věděním'. V buddhismu ten, kdo dosáhl třech druhů vyššího poznání, jmenovitě: rozpomenutí si na minulá zrození, božského zraku a odstranění všech zákalů. Téviddžá-sutta, D. 13. (Thera Nyanatiloka: Buddhistický slovník)

Bhante, já bych měl pouze jednu otázku. Ten termín uchopování, jako mysl, kterou nelze uchopit a mysl kterou lze uchopit, synonymum je ulpívání? Na které lze ulpět?

Gráha[501]. *Grhnoty* - to znamená uchopit. Uchopit znamená vlastně, v angličtině bychom řekli apprehend [502]. Co by bylo nejlepší překlad? To znamená vlastně uchopit na základě rozdělování. My uchopujeme tím, že rozdělujeme. A tím že rozdělujeme, vlastně jelikož naše mysl není nic jiného než ty vásany, než ty energie našich zvyků, právě proto to uchopování je subjektivní. Na základě té energie, která pochází z akumulace našich zvyků, ta dává vlastně mysli podnět k diskriminaci. Čili gráha. Gráha doslova znamená uchopit, ale uchopování v mysli to neznamená, že něco uchopujeme tělesně, uchopování v mysli znamená, že něco rozlišujeme na základě diskriminace. V diskriminaci už je, že něco vidíme jako objekt libosti a nelibosti. To je gráha. A tím vlastně získáváme, děláme to, čemu se říká *samáropa apaváda*. Samárópa je, že nadsazujeme něco nad realitu a apaváda je, že něco, co v realitě je my z ní ubíráme. A tím vlastně ztrácíme tu čistotu, mysl která je odpojená od subjektu a objektu. A ta mysl, která je odpojená od subjektu a objektu ta může právě tím subjektem a objektem proniknout, protože ho neuchopuje. Jestliže ho uchopuje, tak ona jím nepronikne. Je to jasné? To má hluboký význam.

> Mohu se ještě zeptat? Bhante, vy jste říkal, že mysl sama sebe nemůže sledovat. A když vlastně je ten proces rozlišování, vlastně objekt té mysli, tak jsem měl za to, že vlastně ta mysl vlastně je ten modus operandi, kde vlastně jakoby to rozlišování vyvstává.

Jestliže není objekt, tak mysl nemůže vyvstat.

> Ne, já myslím, když je objekt a běží tam proces toho rozlišování vlastně toho objektu.

Tak co se děje?

> No, jestli to je – vy jste říkal, že mysl sama sebe neumí sledovat.

No, protože ty nemůžeš vidět mysl samotnou. Ty vidíš mysl jedině na základě toho objektu a mysl, která šla, i když vidíš tu mysl, která jde k tomu objektu, no tak tím, že stáhneš do té mysli, tak se stáhneš do té předchozí mysli. Aby mysl vznikla, musí být *samanantara-pratjaja* - bezprostředně předcházející příčina. Jestliže není bezprostředně předcházející příčina, tak mysl nemůže mít žádnou kontinuitu. To je základ Abhidharmy. Samanantara-pratjaja musí

---

[501] *Gráha*: Uchopení, svírání; brát, držet, přijímat atd.
[502] Zadržet, zatknout, dopadnout, chytit; chápat, pochopit, porozumět.

existovat, *alambana-pratjaja*[503] musí existovat, musí být objekt, musí být bezprostředně předcházející mysl, musí být *hetu* – důvod atd. Jestliže tyto faktory tam nejsou, tak mysl žádná nevyvstane. Čili mysl může vyvstat na základě bezprostředně předcházející mysli. Ty nemůžeš vidět mysl teď, ty, co můžeš vidět, jedině tu bezprostředně předcházející mysl. A to je ta mysl, co se chytá objektu.

> Mně šlo o to, co ji jako sleduje tu mysl, tu vyvstávající.

No zase mysl… Proto definice mysli je: *to, co myslí na objekt, to je čitta*. Co na objekt nemyslí není čitta. Ale něco je. Ale co? To bys měl právě prozkoumat.

> Já to zkoumám, spíše zase na základě textů, co studujeme Čaraku[504], tam vlastně definice manasu je…indrijabhigrah karma manasaha. A pak je svasja nigraha.

Ale to je jiné, v buddhismu je to: to, *co je orgán myšlení, to je manas*… Jelikož my identifikujeme orgán myšlení z já, my nevidíme, že myšlení je jenom proces myšlení. Žádný orgán myšlení, který patří já, neexistuje. Ten proces myšlení a orgán myšlení jsou identické. Proto *manjate iti manas*. Ale to, co *manjate*, to není žádné já. To je ten proces myšlení právě. Čili nemáme cogito ergo sum, jak říkal Descartes, ale je cogito ergo cognicio es – jelikož my myslíme, proto existuje proces myšlení. Ale žádný subjekt myšlení, jakožto oddělený subjekt neexistuje. to je buddhismus. Existuje proces myšlení, ale ten proces myšlení je nestálost sama. A ta nestálost sama je též orgán myšlení. Čili mysl se nedá říci, že existuje, ani neexistuje, mysl je velká záhada. A tu záhadu právě proto máme Rozvázání uzlů, tu záhadu musíme rozlišit. Jestliže rozlišíme tu záhadu, no tak rozlišíme všechno. To je jiný přístup než v medicíně, to nemůžeš identifikovat. Protože medicína nakonec, ačkoli samozřejmě je založená na filozofii a psychologii, medicína má za úkol, aby vlastně ty *dóši* byly v harmonii. To může být stav nirvány a to nemusí též být stav nirvány. To je tělesná úvaha. Protože medicína je spojená hlavně s tělesnými neduhy. Ačkoliv jasně říká též, že tělesné neduhy mají svůj kořen v mentálních neduzích…, přesto vlastně důraz je na těch neduzích těla.

Tak asi skončíme tady, pokud nejsou nějaké další otázky. Příště se podíváme na poznání minulých životů, které je též velice důležitá část poznání buddhismu, protože to, že mysl má kontinuitu, má hluboký význam. A ten hluboký význam se vyjevuje jak v každé myšlence, tak i z života na život. To je hluboký aspekt právě učení Abhidharmy, ke kterému moderní psychologie ještě vlastně nedošla. A jogínské poznání tento aspekt právě prozkoumalo.

Tak dáme předání zásluh. Důležité je, že jsme poznali, že Kumáradžíva všechny tyto nadpřirozené schopnosti spojuje s praxí velkého soucitu, to máte též tady jasně vysvětleno. Ten velký soucit je, jak Mahájánasútrálankára i ostatní důležitá písma zdůrazňuje, je vlastně základ, kořen velkého probuzení. Velké probuzení spočívá ve velkém soucitu. A bódhisattva

---

[503] Podmínka objektu

[504] Definice *manasu* podle Čaraky je: 1. Entita, která je zodpovědná za přítomnost nebo nepřítomnost poznání nebo vědění. 2. Entita, která navazuje kontakt mezi duší a tělem a také reguluje funkce *indrií*.

právě proto praktikuje tyto nadpřirozené síly, aby uskutečnil velký soucit. Aby mohl pomáhat mnohým bytostem. Tím, jedině tak on se stane skutečným bódhisattvou.

A teď předání zásluh.

Nechť se zásluhy této praxe dnes přenesou na všechny bytosti, abychom my všichni, bez výjimky dosáhli stav plného probuzení.

Praxe poznávání minulých životů

Kumáradžíva

Pokud si meditující přeje získat znalosti o minulých životech, měl by si uvědomovat, co právě dělá, a pak se v mysli přenést do minulých událostí. Měl by tedy obrátit pozornost k událostem, které se staly tuto noc, včera a předevčírem. Pokračuje vzpomínáním na události uplynulého měsíce, přičemž sleduje cestu od současnosti až do raného dětství. To lze přirovnat k cestovateli, který rozjímá a vzpomíná na místa, jimiž během své cesty prošel. Když se člověk takto cvičí a má-li dobrou schopnost soustředění, dokáže si vzpomenout na dobu, kterou strávil v lůně matky, a na dobu narození. [V patřičném pořadí] bude člověk znát místa a okolnosti své předchozí smrti a zrození v jednom, dvou, třech nebo stovkách až nesčetně minulých životů[505].

Díky znalosti minulých životů bude znát události svých životů i životů jiných bytostí, kterých je tolik jako písku v řece Ganze. Na všechny si vzpomene. Meditující bude schopen poučovat bytosti pomocí těchto znalostí událostí z jejich minulých životů. Bude jim tedy říkat: "Narodil jsem se na takovém místě, měl jsem takové jméno, patřil jsem k takové kastě, měl jsem takovou délku života, užíval jsem si takových rozkoší a snášel jsem takové utrpení. Vysvětlí také události z minulosti jiných osob. Na základě síly poznání minulých životů pozná praktikující okolnosti prospěšných a neprospěšných činů bytostí v jejich minulých životech. To znamená, že bude znát pozadí bytostí související s jejich praxí žáků, buddhů pro sebe a bódhisattvů v minulých životech a bude je učit Dharmu podle jejich předpokladů.

Navíc díky síle poznání minulých životů meditující sám pozná kořeny zásluh, které zasadil v přítomnosti všech minulých buddhů, aniž by je přenesl kvůli nepřekonatelné dokonalé realizaci, a provede přenos v přítomnosti. Meditující bude také vědět, že minulé jevy mizí, aniž by někam odešly, a že budoucí jevy vzniknou, aniž by odněkud přišly. I když bude vědět, že minulost je bez počátku, nedovolí, aby vznikl názor o neexistenci počátku [eternalistický názor]. I když bude uvažovat o tom, jak bytosti v budoucnosti zaniknou a vstoupí do nirvány, nedovolí, aby vznikl i opačný názor [o zániku].

Při vzpomínání na minulé životy bude meditující schopen zvětšit kořeny svých zásluh a odstranit nesčetné příčiny a podmínky nedobrého. Proč tomu tak je? Protože pozná, že všechny jevy se vyznačují tím, že nejsou ani nové, ani staré. Když dosáhne této moudrosti, bude o radostech a utrpeních v minulých životech a o všech stvořených jevech rozjímat, jako by se objevily ve snu[506]. Díky tomu jeho mysl nebude rozčarovaná v sansáru a vzbudí soucit se všemi vnímajícími bytostmi. Když člověk ví, že všechny [světské] jevy jsou vykonstruované,

[505] Srovnej A.K.B. kap. 7 verš 42 nebo D.N. 1: 80, V.M. tr.: 451-464, Y. B. S Śrāvakabhūmi Shukla ed., 465.
[506] Viz např. M.P.P. tr. Kumārajīva kap. 45 Wen chi pin.

bude uvažovat: "Přemítal jsem v sansáře milióny miliard nesčetných minulých životů a všechny byly zdánlivé a neskutečné. Co se týče převtělování v sansáře všech vnímajících bytostí, je to také tak." Jelikož čtyři prvky a čtyři nehmotné agregáty nejsou skutečné, musí být čtyři prvky a čtyři nehmotná skupenství nakonec také nezrozené.

Navíc díky znalosti minulých životů si meditující vzpomene na svůj minulý život jako na univerzálního panovníka a na to, že všechny požitky, které si užíval, byly pomíjivé, a nevyhnutelně zmizely. I dlouhotrvající Indrovy rozkoše jsou rovněž pomíjivé, jsou odsouzeny k zániku. Vyzdobené čisté země, nejvyšší podoby všech buddhů a bódhisattvů a učení, které předali, jsou také jen pomíjivé. Co říci o ostatním? Po takovém rozjímání se mysl meditujícího odloučí a odpoutá, takže na základě poznání minulých životů vstoupí do [samádhi] pomíjivosti a prázdnoty. Když bude rozjímat o prázdnotě a pomíjivosti všech jevů, nechá v sobě vyvstat soucit, když uvidí všechny cítící bytosti připoutané kvůli jejich mentální převrácenosti. Když bude soucit takto praktikovat, postupně se mu podaří dosáhnout velkého soucitu. Až dosáhne velkého soucitu, všichni buddhové v deseti směrech budou chválit jeho ctnosti jako bódhisattvy. Tomu se říká nadpřirozená síla vzpomínání na minulé životy.

Bhante Dhammadípa

34. část

Dnes budeme mluvit o další, to nám zabere jistě dost času, protože to je jedna z těch nejdůležitějších tzv. nadpřirozených schopností, které jsou obzvláště důležité i jestliže se chceme stát skutečnými bódhisattvy, pak i nutné, k hlubokému probuzení. Hluboké probuzení spočívá, kromě jiného, na hlubokém pochopení sebe sama. A k tomu potřebujeme právě znalost těch minulých životů. Tomu se doslova říká *pubbé-nivásánussati* nebo *púrvénivásánusmrti*, což znamená naše přebývání v minulosti. Jak jsme přebývali v minulosti. My teď přebýváme, to je důsledek toho, že jsme přebývali v minulosti. A to se děje, tuto kontinuitu je důležité pochopit, ta se děje na základě ze života do života a děje se též na základě každého okamžiku. Podle učení buddhismu, my teď jsme tady, protože jsme spojeni s bezprostředně minulým nebo bezprostředně minulou myslí. A ta současná mysl nás zase spojuje s bezprostředně nadcházející myslí.

Čili kontinuita mysli je vlastně na stejném principu, jako je kontinuita života. Náš život má kontinuitu a má logiku kontinuity, protože naše mysl má též logiku kontinuity. Podle Abhidharmy, jedno jaké abhidharmy, stejně tak najdeme v severním tak i v jižním systému, aby mysl fungovala, potřebuje *samanantara pratjaja*, to znamená bezprostředně předcházející *pratjaja*, což znamená důvod. Jestliže není bezprostředně předcházející důvod, no tak my nemůžeme fungovat. Protože máme bezprostředně předcházející důvod, proto my fungujeme a naše funkce životní pokračuje.

A teď text vysvětluje, jak se k této schopnosti vidět své minulé životy, dostaneme. Samozřejmě zase musíme praktikovat hlubokou koncentraci, nejlépe čtvrtou dhjánu. A tady se velice hodí znalost Abhidharmy. Na základě tzv. *anupada vipassana*, to znamená detailní vipassany, my můžeme nejprve na základě džhány, a pak i na základě jakýchkoliv jiných druhů mysli, my můžeme zkoumat strukturu mysli. O tom jsem se zmínil ve výkladu poznání mysli druhých. Jak poznáme mysl druhých? Tím, že poznáme mysl svoji, samozřejmě. Jestliže nepoznáme mysl svoji, nemůžeme poznat mysl druhých.

Mysl druhých, o tom jsem se nezmínil, my buď poznáme, jak se říká v Abhidharmě, na základě pravdy nejvyšší, to je ovšem pouze abhidharma žáků. Podle abhidharmy žáků mysl, *čétasika*, ty faktory mysli, ty různé formy materiální a nirvána, to jsou vlastně existující součásti reality z hlediska nejvyšší pravdy. Mahájána nebo učení severního buddhismu popírá, že tyto mysli, součásti mysli a součásti hmoty jsou nejvyšší realita. Nemůžou být nejvyšší realita z jasného důvodu, protože to všechno, to jsou složky existence, které jsou v jasném objetí nestálosti. A cokoliv je nestálé, nemůže být nejvyšší realita.

Ale my právě, jak už jsem se zmínil, my na základě reality světské my poznáváme realitu nadsvětskou, tedy realitu osvobozené mysli tak, jak skutečně je. Jestliže nepronikneme realitou světskou, my nepronikneme též podle pravdy ani realitou nejvyšší. Ať už ji nazveme nirvánou či jakkoliv, jedná se o něco, co se nedá běžnou myslí chytit. Toho si byli vědomi vlastně všechny hluboké duchovní osobnosti, které měly, ať už na Západě nebo na Východě, měly jasné pojetí té nejvyšší reality. Nejvyšší realita je nejvyšší realita, protože se nedá chytit. To, co chytáme, to může být pouze a jen konvenční realita. To jsme všechno probrali. Ale my právě na základě konvenční reality poznáme bez omylu realitu nejvyšší. To je důležité.

Teď naše mysl ve stavu nestálosti je též naše konvenční realita. A tato konvenční realita je subjektivní realita. Protože my máme jiné reakce než jiné bytosti, jelikož jsme lidi, tak máme podobné reakce, ovšem když se jedná o bohy, když se jedná o zvířata, no tak ty reakce jsou naprosto jiné. To jasně ukazuje, že naše mysl, nestálá mysl je konvenční mysl a subjektivní mysl. Ale zmínili jsme se o tom, my můžeme tuto subjektivní mysl, tuto relativní mysl my můžeme prozkoumat.

A abychom ji prozkoumali, my potřebujeme mít jistý systém. Bez toho systému to nejde. O tom jsem se zmínil už v rozboru poznání vědomí druhých. Ty jsou dvě, jak Visuddhimagga vysvětluje, my můžeme poznat vědomí druhých konvenčním způsobem tím, že pozoruje, jestliže máme silnou koncentraci změnu jejich aury v srdeční krajině nebo v obličeji. A tím, že se mění mysl, mění se i aura, mění se i barva aury. A každý pocit má vlastně svoji barvu. Tyto barvy se dají i vyfotit. Jestliže budete mít možnost, navštivte muzeum jógy v Madurai, kde uvidíte jasnou dokumentaci jak co vidí jogíni, jak se mění aura podle počitků bytostí. Každý počitek má vlastně svoji barvu a tyto barvy se stále mění. Podle změn těch barev my můžeme poznat též změnu myšlení. Nepotřebujeme na to ani tolik nadpřirozené schopnosti, kterými měli možnost experimentovat s tzv. drogami, které otvírají vědomí, kaktus nebo šamani též

mají tuto schopnost. No tak jasně vidí též jak změna počitku vede ke změně barvy aury. A ta změna barvy aury se odráží ve fyzickém těle.

A jestliže chceme se dostat do tzv. relativně skutečné, relativní reality, což je realita těchto myslí, faktorů myslí a obsahu hmoty, tak jak je bezprostředně chápeme našimi smysly, to je více méně objektivní realita. Ovšem objektivní realita v naší podmíněnosti. To není garantované, že podmíněnost jiných bytosti vede k jinému poznání. Ale ta struktura mysli je stejná, jak u lidí, tak u bohů, tak u nižších tvorů, zvířat atd.

A jak jsem se zmínil, tuto schopnost poznávat strukturu naší mysli, my ji máme za předpokladu, že máme hlubší koncentraci a můžeme zkoumat na základě džhány, jak už jsem zmínil ty důvody džhány, protože džhána je též světský stav ne stav vysvobození. Za doby Buddhy mnoho jogínů považovalo právě stav dhjány právě za stav probuzení, včetně učitelů Buddhy. Ale Buddha tento závěr nepřijal a experimentoval, až našel cestu, což je spojení šamathy a vipašjany na základě dhjány. Jak se to vysvětluje, může být jiné, ale to základní vysvětlení je stejné ve všech buddhistických tradicích. Jediná cesta k osvobození je na základě šamathy praktikovat vipašjanu. Ať už to vysvětlujeme jako vycházení ze stavu dhjány a praxe vipassany nebo praxe vipašjany a dhjány současně, což je podle vysvětlení théravády možné jedině s nadsvětským objektem, tedy prázdnotou bez znakovosti a stavu bez přání.

My jestliže prozkoumáme stav vědomí současného, různé stavy vědomí současného, tak jak jsou popsané v abhidharmě, ať už v severním systému nebo v jižním systému, to je moje specialita, tomu jsem věnoval mnoho, mnoho let studia. Jakýmkoliv způsobem my strukturujeme mysl, my pak tuto strukturu můžeme použít k tomu, abychom vedli mysl zpět, do minulosti. Protože jsme prozkoumali tu strukturu mysli, no tak my podle té struktury mysli uvidíme i ty minulé mysli. O tom jsme se zmínili, my vlastně můžeme vidět, poznat jenom to, co vlastně známe nebo částečně známe. Pak jenom můžeme ty znalosti prohlubovat.

A tímto systémem my můžeme zkoumat, jestliže jsme prozkoumali ty stavy současné mysli, to je velice zajímavá praxe ve které právě ta tradice abhidharmy má velice vyvinuté techniky na to. Když jsme prozkoumali stavy mysli v současnosti, na tom je velice zajímavé, vlastně člověk hraje ty stavy mysli, aby je mohl prozkoumat. Stejně tak jako Lankávatárasútra vysvětluje: My jsme vlastně herci, naše vědomí a naše tělo jsou vlastně herci a my hrajeme jisté role, aniž bychom si byli vědomi toho, že hrajeme role na jevišti před diváky. A kdo je divák? Divák není nikdo jiný, než ten vnější svět. A my hrajeme role, pokud vlastně ti diváci, to naše prostředí, nepronikne naší maskou. V Indii, stejně tak jako v Řecku, herci vždy nosí masky. A podle masek my poznáváme též, kdo studuje čínskou tradiční operu, nebo indické divadlo nebo řecké divadlo, podle masek my poznáme též ty počitky těch herců, které mají představovat. Což vlastně je neskutečně zajímavé. A ty barvy těch masek se mohou měnit, a podle toho se též mění vlastně to prostředí, ve kterém ti herci působí. Podobným způsobem vlastně my reagujeme na vnější svět, jak na svět věcí, tak i na svět osob, než podle Lankávatárasútra nepronikneme to, co je pod tou maskou. A pak podle Lankávatárasútry – jestliže jogín pronikne tím, co je pod tou maskou, se stáhne z jeviště.

Stáhne se z jeviště, ale též rozumí té hře, která se na jevišti odehrává. A podobným způsobem meditující může prozkoumat co jak reagoval v minulosti, když si vyjeví nějakou minulou událost, nejprve začíná minulou událost v tom dni, ve kterém se začíná zabývat tím poznáním minulých životů. Nejprve vzpomíná na události, které se stali ten den. Co dělal, co pracoval, co vařil, co jedl. A teď jde mysl k minulým událostem a zkoumá je na základě té sktruktury mysli, kterou prozkoumá. Na základě struktury objektu, kterou též prozkoumá. No a když si vzpomíná, co se stalo dnes, pak se jde do včerejšího dne, jde o dva dny dál, o tři dny dál. Tím, že se takto trénuje, vlastně trénuje též svoji paměť. To je úplně někdy se to zdá být neskutečné, ale to skutečně je tak, my můžeme tak trénovat svoji paměť, že si vzpomínáme na události, které se udály nejprve před rokem, dvěma lety. Nejprve se nám vyjeví mlhavě, ale tím, že se trénujeme, to je otázka dlouhého tréninku, pak oni se vyjevují stále jasněji. A člověk si až neuvěřitelně vzpomínat i věci, které prožil v raném mládí, jakožto kluk. Nejprve ty jasné události, na které je těžko zapomenout, ale pak i na ty události, které už vlastně, sám se diví, co všechno v paměti neuvázne.

A tímto způsobem jde dál a začíná chápat tím pádem celý svůj život jakožto čáru, ta čára je vlastně čas a po této čáře času se hýbe vpřed a vlastně se i hýbe dozadu. Vlastně se dá i hýbat vpřed čili může i poznat kolik vlastně času mu eště zbývá. To samozřejmě nepozná přesně, ale přibližně. Protože ty stavy se stále mění, ale tendence tam je. No a na té čáře, když se vrací, tak si vzpomíná pomalu, pomalu i na vlastně počitky, které měl v raném dětství a pak i jako kojenec, až se dostane do břicha matky a vzpomíná si co prožíval v břichu u matky. Nevzpomíná si jasně, ale vzpomíná si na příjemné pocity, nepříjemné pocity, obzvláště nepříjemné pocity vidí velice jasně.

A tím pádem se může dostat na konec té přímky a jestliže má, jak už jsem se zmínil jeden z těch iddhi, těch nadpřirozených sil, je adhitthána iddhi. Adhitthána iddhi znamená schopnost na základě předsevzetí zhmotnit svoji vůli. Zhmotnit svoji vůli tak, že on, když se dostane na konec té přímky, on si vezme předsevzetí, samozřejmě stejně tak jak už jsem se zmínil, dostane se do přípravné dhjány, pak z té přípravné dhjány rozhodnutím se dostane do čtvrté dhjány a skočí do příštího života. Na to potřebuje jasnou mysl čili dostane se do přípravné dhjány buď na oheň nebo na světlo, ty jsou nejpříznivější. A pak skočí do minulého života. Podle abhidharmového systému každý kdo chce poznat závislé vznikání, závislé vznikání možno zkoumat podle pravdy, jestliže prozkoumáme minulý život a prozkoumáme nastávající život. Protože to dvanáctičlenné závislé vznikání, ty první dvě části závislého vznikání, což znamená nevědomost a formace vůle, se děly v minulém životě. A ty nadcházející části – to znamená bhava, existence buď *upapatti* bhava, která dává další existenci a pak je to bhava zrození, džáti, existence ve smyslu zrození.

A po zrození pak stárnutí, smrt atd., veškeré utrpení s tím spojené. A to je v příštím životě. Čili abychom poznali závislé vznikání, potřebujeme bezprostředně poznat tři životy – minulý život a nastávající život. Jak je poznáme? No právě na základě praxe znalosti minulých životů.

Musíme se dostat do minulého života, abychom pochopili, že jsme se zrodili na základě vůle v minulém životě. Na základě akumulace vůle v minulém životě. Akumulace vůle je karma. A tak, vlastně text to nevysvětluje tak přesně, ale tímto způsobem na základě *anupada vipassana*, my nepotřebujeme k tomu nutně mít silnou džhánu, stačí i s jistou základní koncentrací, my se můžeme dostat tímto způsobem do ranného dětství, vzpomínat na události raného dětství, můžeme se dostat do břicha matky, můžeme se dostat do minulého života. A tímto způsobem lineálním postupováním, my si vzpomínáme, co bylo v minulém životě, vyjeví se nám různé podoby, může se nám vyjevit i ty podoby jak jsou napojené na nás, jaké měly jméno. Stejným způsobem, jak jsme pokračovali v tomto životě, můžeme pokračovat v minulých životech.

Sice v naši situaci, kdy jsme stále objetí nevědomosti, ty podoby, které se nám budou jevit v minulých životech, nebudou tolik objektivní, ale budou ukazovat přesně na to, k čemu nás tento text vede. K tomu, že vlastně náš život, stejně tak jako minulý život, stejně tak jako příští životy, jsou vlastně jistým snem. Mají, to neříká jen buddhismus, to říkají též moudří lidé, naše existence má vlastně podobu snu. Protože vlastně naše minulé poznání, naše vzpomínky, mají stejnou podobu jako naše aktivita mysli ve snu. Jaký je rozdíl mezi vzpomínáním současnosti a vzpomínáním ve snu? Ve snu my též vlastně ty obrazy, které se nám jeví ve snu nejsou nic jiného než vzpomínání. A naše minulost není též nic jiného než vzpomínání.

A stejně tak, jako ve snu, když vzpomínáme na věci příznivé, tak nám to dělá radost, když vzpomínáme na věci nepříjemné, nám to dělá starosti, nám to dělá deprese, nebo výčitky. Když vzpomínáme na dobré věci, radujeme se. Stejně tak i ve snu.

Poznali jsme princip a vrátíme se k textu. Jak už jsem se zmínil a to je třeba stále opakovat, Kumáradžíva, stejně tak jako Buddha nepřikládá důležitost těmto nadpřirozeným schopnostem jako takovým, ale tyto nadpřirozené schopnosti, stejně jak pro Buddhu, tak i pro Kumáradžívu jsou neskutečně důležité za účelem, abychom byli schopni pomoci sobě i pomoci druhým. Skutečná buddhistická praxe je za účelem pomoci sobě a pomoci druhým, bez rozlišování. To je veliká praxe. Jestliže tak nepraktikujeme, ať už věříme v théravádu nebo věříme v mahájánu nebo věříme v cokoli, když tak nepraktikujeme, není to velká praxe. Velká praxe je založená na nerozlišování. To neznamená, že praktikanti théravády nemají schopnost nerozlišování. Ale tato schopnost není zdůrazňována jakožto ta nejvyšší praxe. A z hlediska nejvyšší reality, skutečná realita je Buddhova realita. A z hlediska té nejvyšší skutečné reality je vlastně praxe neúplná, protože jedině Buddhova realita, tedy plně probuzeného Buddhy realita, je realita plná. Protože nerozlišuje mezi sebou i druhými.

A proto, jak už jsem se zmínil minule, Buddha má, a každý kdo praktikuje buddhismus by měl toužit po *té-vidždža* – trojité vědě. To je věda nadpřirozených schopností transformace těla, věda *ádesana prátihárja* – věda zázraků učení na základě poznání mysli druhých, poznání schopností druhých a též schopnost učení podle situace, ve které se bytosti nachází. Každá bytost má schopnost přijímat jenom v rámci své reality, protože realita bytosti je subjektivní realita. Realita bytosti není objektivní realita. Právě chyba našeho myšlení je, že my

objektivizujeme subjektivní realitu a nejsme schopni přijmout právě ten závěr, ke kterému se snaží Kumáradžíva nás přivést, že naše existence je pouhý sen.

A jelikož my vlastně tím, že poznáváme své minulé životy, poznáváme též jak jsme reagovali na různé situace, co jsme dělali v různých situacích a v těch situacích, kdy jsme reagovali nesprávně, může znova jimi projít a pochopíme tím vlastně sami se, proč jsme jednali nesprávně v těchto situacích, co byla naše nevědomost. A tím pádem my rozšiřujeme sebepoznání. Rozšířením sebepoznání my rozšiřujeme též poznání druhých. Jestliže nepoznáváme sebe, my nemůžeme též správně poznat druhé. Protože právě ta struktura našeho vědomí, struktura vědomí bytostí je stejná ve svém základu. Ale pracuje úplně jinak podle naší akumulace formací. Každý akumulujeme formaci jinak. A ta akumulace formací vůle, tomu se říká karma. A ta akumulace formací vůle, to je též naše kontinuita.

Jak už jsme se zmínili, účel žáka je, aby se z této kontinuity dostal ven. Ale cesta bódhisattvy je, aby tuto kontinuitu přetvořil v Čistou zemi. Praxe bódhisattvy je přetvoření reality v Čistou zemi. Ale v té Čisté zemi není žádný Dhammadípa, není žádný Roman, není žádný Honza Kotas, v té čisté realitě, právě ta čistá realita je symbol. Je symbol, který vede právě k poznání prázdnoty, k poznání stavu beze známky, k poznání stavu bez přání. To je ten skutečný stav. To je ten skutečný stav nejvyšší reality nebo podle Jógáčáry, skutečný stav mysli, ať už to nazveme jakkoliv, je to plná realita. Protože plná realita je jedině ta realita, kterou jsme přetvořili v rámci prázdnoty.

A teď nás Kumáradžíva nevede k ničemu jinému, než abychom přetvořili, na základě poznání minulých životů, naši neúplnou realitu v úplnou realitu prázdnoty. Úplná realita prázdnoty není odlišná od reality snu, který žijeme. Realita snu skutečné existence. Realita snu našich reakcí, našich jednání, naší podmíněnosti. Naše podmíněnost se též nedá od té nejvyšší reality, reality neuchopitelné, oddělit.

A ten, kdo právě pozná své minulé životy, může též, ať podle hloubky jeho poznání, může též tušit možnosti a tendence, motivace, všechno, co děláme, děláme na základě motivací. Tím, že poznáváme jasně jiné bytosti, poznáváme též jiné motivace. A podle poznání motivací my můžeme pak ty bytosti správně vést. Jestliže nepoznáme správně motivace bytostí, my ty bytosti správně vést nemůžeme, protože my je učíme něco, o co nemají zájem. A my, abychom efektivně někoho učili, musíme ho učit podle jeho zájmu. To je vlastně základ moudrosti i moudrosti v rámci správné pedagogiky. Správná pedagogika by též měla být podle zájmu.

A teď text vysvětluje, stejně tak jako Visuddhimagga, stejný princip, tím poznáním minulosti i poznáním vlastně budoucnosti též, protože na stejném principu lineárního času. Tento lineární čas vlastně jsme vytvořili sami. To je důležité pochopit. Protože ten záznam lineárního času, to je vlastně kódovaný v našem myšlení. Jestliže my, naše myšlení nebudeme mít relativitu k minulosti a k budoucnosti, tak my budeme uvažovat časově úplně jinak. Ale protože jsme podmínění tím, čemu svět říká objektivní časování na minuty, na dny, na hodiny atd., protože mysl reaguje podle té informace, kterou jsme do mysli dali. A jestliže to chápeme, pak můžeme

vidět, jak vlastně ty obsahy mysli, jak text vysvětluje, že vznikají a zanikají aniž by někam šly a ty budoucí události vlastně text říká, že vznikají aniž by přicházely odněkud.

Co to znamená? Že ta podmíněná naše subjektivní reality, má základ v té skutečné realitě, která se nedá chytit. To je hluboký význam závislého vznikání. Tento hluboký význam závislého vznikání, jak Nidána sutta vysvětluje, Ánanda si představuje, že pochopil závislé vznikání a Buddha mu říká: „Ty jsi pochopil malé zrnko z velkého moře.“ Ánanda už v té době je *sótápanna*, on má přímou zkušenost nirvány. Přesto on vlastně nechápe jasně, protože ještě stále má tendenci vidět někoho, kdo chápe. I když poznal bezprostředně nirvánu, furt ještě ty vásany toho, že člověk ulpívá na to, jak někom, kdo chápe, jako něco skutečného, ho stále doprovází. Čili jeho znalost závislého vznikání je velice, velice omezená. Stejně tak, jako naše.

Proč? Protože závislé vznikání je důvod, příčina a důsledek. Důvod a důsledek není ani stejný, ani rozdílný. Právě proto mysl nemá ani přerušení, ani skutečnou kontinuitu. To je závislé vznikání. Mysl je něco, co se svojí definicí nedá uchopit. To, co my uchopujeme, to je naše představa o mysli. Pochopení toho vede do pochopení Střední cesty. Střední cesta není ani nihilismus, ani eternalismus. To je velice hluboká věc. Ani nihilismus, ani eternalismus. Naše malé já stále se jeví tím, že něco na realitu chce nadsadit nebo něco z reality ubrat. To, co se nám líbí, to my chceme nad realitu nadsadit to, co se nám nelíbí, to my chceme z reality ubrat. A právě proto my nechápeme objektivní stav. Všechno vlastně co chápeme, jako mysl, my chápeme na základě čeho? Našich vzpomínek. Protože na základě našich vzpomínek právě vzniká libost a nelibost.

A tímto poznáním právě my nemůžeme odstranit silou ty nezměrné negativní činy, které jsme udělali na základě nevědomosti, my je můžeme odstranit jedině na základě vědomosti. Nevědomost se nedá odstranit ničím jiným, než poznáním. Nevědomost je nepoznání, vědomost je poznání. Čili jedině na základě poznání my můžeme odstranit důsledky, kterými i dnes trpíme, naší nevědomosti. A to jsou naše starosti, to jsou naše výčitky, to jsou naše nerealistická přání, to jsou naše deprese, vlastně všechny negativní stavy nejsou nic jiného, než stav základního nepoznání. Tomuto nepoznání se říká nevěda. Avidždža doslova znamená nevěda. Vidja ze stejného kořene vid jako české věda. My nemáme vědu, abychom měli vědu, podle buddhismu musíme poznat ty nadpřirozené schopnosti svých minulých životů a božské oko, abychom věděli, jak my bytosti vlastně na základě těch formací, které si tvoříme, na základě těch snů, ve kterých žijeme, my přicházíme a odcházíme.

A tím poznáváme vlastně, že čas je pouze sen. Protože ta minulost a ta budoucnost je na základě našich *abhisanskára*. Abhisankhára znamená našich fabrikací. To neznáme, že když to poznáme, my nefabrikujeme. Ale fabrikujeme vědomě. Tím, že fabrikujeme vědomě, my se od této fabrikace můžeme odpojit. Jestliže ale fabrikujeme nevědomě, no tak my se od fabrikace neodpojíme. Právě proto je tak důležité poznat ty minulé životy a poznat jak bytosti přicházejí a odcházejí na základě akumulací vůle, protože čím více životů poznáme, tím více vlastně ten současný život nám bude připadat neskutečný. Podle Visuddhimagga jedině Buddha, plně probuzený Buddha má schopnost poznat neomezený počet minulých životů. Eony, eony, eony,

eony, eony bez konce. Teď už si přesně nepamatuji, musíme nalistovat, pratjéka buddha nemá tak hlubokou schopnost jako plně probuzený Buddha, ale též poznává já nevím kolik tisíců eonů. Šáriputra, Maudgaljájana poznával něco méně eonů. Velcí žáci poznávají méně eonů, běžný žák pozná snad jenom jeden eon. A my můžeme poznat několik tisíc, i to není tak špatné, lepší několik tisíc nežli nic 😊. Ale i když poznáme jen několik tisíc, dá nám to schopnost vidět tu vědy, že vlastně tato naše existence je jako sen. A že my neulpíváme na ničem jiném, než na tom snu. A tím pádem my prohloubíme naše znalosti skutečnosti tak, jak je.

A tím, že prohloubíme na znalosti skutečnosti tak, jak je my pomáháme sobě i pomáháme druhým. Jak pomáháme sobě a jak pomáháme druhým? Tím, že chápeme to mystérium, to tajemství, které naše mysl je. Naše mysl není nic jiného, než velké tajemství. Čili k poznání těch minulých životů za účelem toho, podle textu, abychom prohloubili znalost, podle Kumáradžívy, jak neskutečné jsou naše agregáty existence. Jak tělesný agregát existence, tak netělesné agregáty existence. Naše počitky, naše vnímání, naše vůle a faktory vůle a naše vědomí, naše *podmíněné* vědomí.

A poznání tohoto stavu je též předpoklad k tomu, abychom se stali, do jisté míry, vlastně vládci tím, že poznáváme, my ovládáme. Tím, že nepoznáváme, my nemáme schopnost ovládat. Čili jedině věda, jedině znalost, může odstraňovat nevědu a neznalost. A abychom, z hlediska buddhismu, získali hlubokou znalost a hlubokou vědu, musíme poznat své minulé životy, což nám dopomůže též k tomu, abychom poznali a pomáhali druhým. My poznáme druhé stejně tak, jako poznáme sebe tím, že poznáváme vlastně nereálnost toho, na čem my sami lpíme a na čem lpí i ti druzí.

A tímto poznáním co se děje? Podle našeho texu poznáváme též, že veškeré naše požitky i ty nejskutečnější požitky jsou nestálé. I ty nejblaženější počitky vládců světa, bohů, též můžou existovat jedině v rámci nestálosti. I ty čisté země, které bódhisattva tvoří, aby získal čistotu vědomí, protože čistota objektu a čistota vědomí je jeden proces, všechno toto je též v rámci nestálosti. Protože tyto jevy jsou též vytvořené.

A co je podmínka vysvobození? Ať už vysvobození žáků, vysvobození buddhů pro sebe nebo nejvyšších čistě probuzených buddhů. To je, jak text jasně vysvětluje, to je *nibbida*, *nirveda*. Což můžeme vysvětlit jako rozčarování. Dříve překladatelé měli tendenci to překládat jakožto hnus, ale zde se nejedná tolik o hnus, já používám překlad Bhikkhu Bódhi, to je myslím neobyčejně inteligentní překladatel a jeho překlad jako rozčarování vlastně nejlépe vystihuje tento stav. Stav moudrosti je stav rozčarování. Přesně tak, jak Zenon, Marcus Aurelius popisují - stav rozčarování. Ten stav rozčarování je právě ten stav krásy. My můžeme plně krásu ohodnotit, jestliže na ni neulpíváme. Tím, že ulpíváme, my vlastně ztrácíme to objektivní poznání krásy. A neulpívání, právě neulpívání na ničem je právě ta prázdnota. A ta prázdnota je na základě rozčarování. Na základě rozčarování je právě to kouzlo, kouzlo rozšíření prostoru. A o to se jedná. A z toho rozšíření prostoru, text vysvětluje, vychází velký prostor, velký soucit. Protože máme v srdci malý prostor, máme malý soucit. Velký prostor – velký soucit.

A velký soucit vidí, co je v buddhismu význam nevědomosti. Význam nevědomosti je převrácený názor, převrácené myšlení, převrácená percepce, my všichni trpíme tímto převrácením. A toto převrácení názorů, myšlení, percepce právě ve velkém prostoru dává přirozeně impuls k prohloubení soucitu. A to prohloubení soucitu je prohloubení moudrosti. Prohloubení moudrosti a prohloubení soucitu jsou vlastně v praxi bódhisattvů jeden proces. To text jasně vysvětluje.

A text končí tím, jestliže my chápeme tento proces prohloubení moudrosti a prohloubení soucitu jako jeden proces, pak se nám vlastně otevírají ty prostory nekonečného soucitu buddhů a vlastně se stáváme součástí nekonečného prostoru buddhů, ve kterém právě buddhové sídlí. Kde sídlí buddhové? Právě v tomto prostoru nekonečné moudrosti a nekonečného soucitu. A tím, podle našeho textu, tím že tento prostor rozšiřujeme, tím vlastně se stáváme hodni chvály právě buddhů, kteří v tomto prostoru žijí.

No a tím bychom skončili dnešní výklad, pro dnešek, jak vidím, jsme čas asi vyčerpali, tak dáme prostor pro otázky.

> Dotaz: Chtěl jsem se zeptat k tomu rozpomínání na minulé životy, jak si člověk vzpomíná na své dětství a jde dál. Tak musí už jako před tím, než začne s tímto výcvikem, tak musí zvládnout praxi džhán? Nebo se může do tohoto výcviku pustit a …

Teoreticky nemusí jít vyloženě do džhán, ale dá se to i vipassanou z hlediska *upačára džhány*. Ty na základě *upačára* džhány začneš sledovat, první zkoumáš vlastní mysl a pak začínáš na základě těch forem, podle kterých si tu vlastní mysl zkoumal, ve Visuddhimagga máš jasný návod k tomu, jak to zkoumat. Že vidíš veškeré ty mentální faktory, mají svoji *lakkhana*, charakteristiku, mají svoji *rasa*, mají svoji funkci, mají svoji *paččupatthána*, mají svoji manifestaci a mají svůj bezprostřední důvod. Podle toho ty je zkoumáš.

Abys je mohl zkoumat, musíš mít systém. A ten systém k němu právě je klíč ta džhána. Ale stačí vlastně jenom první džhána, mysl se může vlít v ten objekt a vidíš ten mentální obraz na základě kterého si mohl spojit s tím objektem a pak vidíš tu bezprostředně předcházející mysl, která se do toho upevněného mentálního obrazu plyne a tu zkoumáš. A pak na základě zkoumání toho, když máš ten systém, sedm základních mentálních faktorů, které jsou v každé mysli. Pak šest mentálních faktorů, které jsou jak v kusala čitta, tak i v akusala čitta. Pak ty mentální faktory kusala čitta, pak když je prozkoumá, to vlastně hraje divadlo. Dáváš *kusala čitta*, dáváš pak *akusala čitta* a zkoumáš ty faktory, což je neskutečně zajímavé.

To pouze existuje, pokud já vím, v těch klášterech v Barmě, kde studují podle abhidharmového systému. A na základě toho studia, těch všech možných kusala čitta a akusala čitta, to se učíš jak matematiku, pak si vzpomínáš na své různé reakce v minulosti a vyjeví se ti tam ty stejné. Protože minulá mysl a současná mysl, jak je rozdělíš od sebe? Z hlediska buddhismu i naše současná mysl pracuje též na základe vzpomínek. Protože když si v minulosti nepoznal stůl, no

tak teď žádný stůl nevidíš. Je to tak. Na stejný způsob vlastně pracuje poznání minulé. Ta minulá mysl vlastně poznává to, na co si vzpomíná. Je to tak, vidíme to stejně? Můžeš to zkusit, to je zajímavé zkoumání, sice to není zen, to je analytická moudrost, ale ta analytická moudrost je velice důležitá. To se nedá jen tak smést ze stolu, to je důležitá moudrost, která doplňuje tu neanalytickou moudrost.

Z hlediska toho systému, ve kterém jsem se to učil, věří, že všechno toto je objektivní realita. Z hlediska učení severního buddhismu, to je subjektivní realita. Ale subjektivní realita, která přesto je otevřena k té objektivní realitě. A to právě náš text krásně vysvětluje. Neviděl jsem lepší vysvětlení zatím, než co dává v tak krátké formě Kumáradžíva. Vlastně to všechno vede k tomu poznání, že naše existence je jak sen. Protože my, co poznáváme je vzpomínání. Naše mysl pracuje na základě vzpomínání. A to vzpomínání z hlediska buddhismu není nic jiného, než percepce, vnímání. A vnímání je současně na základě minulého vnímání. A to je ta kontinuita. Aby ta kontinuita byla, potřebujeme bezprostředně předcházející mysl. Bez toho žádná kontinuita nebude. A ta bezprostředně předcházející mysl zase předpokládá další bezprostředně předcházející mysl. A tak se to táhne do nekonečna.

A to právě poznáváš v tom poznávání minulých životů. Čili čas je neuchopitelný. A ta minulá mysl, která je důvodech té současné mysli, ta není ani stejná, ani rozdílná. Kdyby byla rozdílná, tak to nedává smysl. Kdyby byla stejná, to též nedává žádný smysl. Čili co je naše existence? Paradox! Jestliže to chápeme jako paradox, otvírají se ty velké prostory. A to je meditace zen. Tady do toho přichází zen. A ta analytická meditace není překážka zenu, ale může pomáhat.

Tak nikdo nemá otázku, předáme zásluhy. Dneska jsme probrali bódhisattvu, tak předáme bódhisattvovské:

Nechť se zásluhy dnešní praxe přenesou na všechny bytosti, abychom my všichni společně získali stav dokonalosti.

Tak nechť se sejdeme všichni v Čisté zemi a pracujeme na tom, jak můžeme. Každý podle své subjektivní podstaty, která žádná podstata není.

Praxe božského oka

Kumáradžíva

Chce-li praktikující usilovat o božský zrak, začne tím, že svou mysl upne na znamení světla - světlo lampy, zářivé perly (korálky) nebo na světlo slunce, měsíce, hvězd atd. Když si tato jasná znamení osvojí, bude schopen vidět ve dne i se zavřenýma očima. V noci bude tato jasná znamení také jasně vidět svým [mentálním] okem, aniž by si je přivolával na mysl. Neustále cvičí, rozjímá o jasu, upíná k němu svou mysl a nepouští ji nikam jinam. Pokud je jeho mysl rozptýlená, usebere ji a přivede zpět k jednobodovosti. Pokud takto praktikuje, citlivost jeho očí odvozená od čtyř prvků nabude povahy sféry jemné formy[507]. Toto oko se nazývá božské oko. Protože je složeno ze čtyř prvků patřících do božské sféry, nazývá se božské oko. Nazývá se velké oko, protože má [povahu] jasného oka mudrců a světců.

Když meditující získá toto božské oko, vidí stromy železných hor obklopujících horu Sumeru a všechny různé země bez překážek. Díky svému oku bez překážek je schopen vidět nespočetné množství Buddhů v deseti směrech spolu s jejich ozdobami [Čisté země]. V této době si bude moci uvědomit, že všichni Buddhové jsou jedno, a také uvidí, že jeden Buddha je [roven] všem Buddhům. Jelikož povaha Dharmy je nezničitelná, když uvidí tělesné vlastnosti Buddhy, uvědomí si, že jeho vlastní [skutečné] tělesné vlastnosti jsou také takové[508]. Protože jeho vlastní tělesné vlastnosti budou čisté, [pro něj] budou takto [čisté] i vlastnosti všech jevů. Jestliže vnímá čistotu Buddhů, bude vnímat i čistotu žáků bez rozlišování z hlediska duality. Kromě bytostí v beztvaré sféře uvidí nezměrné země a bytosti v deseti směrech v různých dobrých či špatných stavech samsárické existence, jako jsou obyvatelé pekel, zvířata, hladoví duchové, lidé a bohové, a pozná karmické příčiny a následky všech vnímajících bytostí v šesti stavech existence v deseti směrech. [To znamená]: tyto bytosti se rodí mezi bohy nebo lidmi v důsledku příčin a podmínek svých prospěšných skutků, zatímco bytosti ve třech nižších stavech existence se rodí v důsledku příčin a podmínek svých neprospěšných skutků.

Praktikující při cvičení božského oka uvidí všechny druhy vnímajících bytostí, ale díky síle své moudrosti nedovolí, aby se objevilo vnímání [skutečných] bytostí. Je to proto, že všechny jevy jsou prosté představy [skutečných] bytostí. I když [praktikující božského oka] vnímá nepřetržitost karmy a jejích výsledků, vstupuje také do [sféry, kde] jsou všechny dharmy zbaveny karmy a jejích výsledků. I když božské oko vidí všechny formy, přesto se díky síle moudrosti nedrží jejich znaků. Je to proto, že všechny formy se stávají prázdnotou.

A navíc praktikující božského oka vnímá [všechny formy] bez ohledu na to, zda jsou překážkou nebo bez překážky, blízko nebo daleko, nahoře nebo dole. Vidí čisté a jemné podoby bohů ve

---

[507] Viz V. M. tr., 465-471, také D. N. 1: 180, A. K. B. kap. 7 verš 42,Y.B.S., Śrāvakabhūmi, 466.

[508] Srovnej Pratyutpannabuddhasammukhāvasthitasamādhi, viz např. Bhávanakram 3, 255-6.

sféře jemné formy, aniž by oni viděli jeho, dokonce ani velký Brahma ho nevidí. To jsou významy různých nadpřirozených schopností, jak jsou podrobně vysvětleny v mahájáně.

Bhante Dhammadípa

(35. část)

Dnes bude poslední přednáška. Končíme s Kumáradžívou… Dnešní přednáška je o praxi božského oka a Kumáradžíva, jak už jsem se zmínil už několikrát, Kumáradžíva učí občas, což dělá tento text tak zajímavým, učí občas z hlediska praxe žáků a zase volně skáče z perspektivy učení žáků do perspektivy učení bódhisattvů. Viděli jsme, že pojednání o Čtyřech pravdách je čistě z hlediska žáků, vlastně zde nepoznáme žádné principy, kterým by se dalo říkat mahájánové. A zase stejně tak, jako v případě praxe arúpa džhán, kde též Kumáradžíva spojuje tuto praxi s mahájánovou perspektivou praxe, ty tzv. nadpřirozené znalosti nebo nadpřirozené síly též jsou vlastně čistě spojené v praxí bódhisattvů.

A praxe bódhisattvů spočívá, o tom už jsme se několikrát zmínili, a to je třeba vždy znovu a znovu zdůrazňovat, praxe bódhisattvů spočívá v pojetí přirozenosti buddhovství. Buddhovství je přirozený princip. Právě proto budeme v příštích hodinách, pokud tady budu v republice, mluvit o Sútře srdce, která vlastně v kostce shrnuje učení prázdnoty jakožto jediné podstaty, jediné skutečnosti, jiná skutečnost, než skutečnost prázdnoty, neexistuje.

No a to nás přivádí trochu do filosofických úvah, které jsou velice důležité, pokud chceme pochopit Sútru srdce a praxi mahájány. Z hlediska mahájánového pochopení vlastně i z hlediska hlubokého pochopení buddhismu je důležité poznat, že existence jako taková a pojem existence jako takový je vlastně chybný postoj. Tento problém už vlastně máme též v západní filosofii, máme též v čínské filosofii. Existuje oprávnění pojmu existence nebo pojem existence není oprávněný? V řecké filosofii Parmenidés tvrdil že existence je skutečný pojem a na existenci je všechno postavené a z hlediska existence vlastně nic se neděje. No a teď oproti tomu je učení Hérakleita – panta rhei, vše je v pohybu. Existence jako taková je též pohyb a pohyb nedává možnost uchycení. Jestliže chytáme pohyb, chytáme vlastně jen koncept pohybu. Pohyb samotný my chytit nemůžeme, protože pohyb je něco, co se chytit nedá. A uvnitř, tak i venku, nic jiného než pohyb neexistuje. To je třeba jasně poznat. My nemůžeme vstoupit dvakrát do té samé řeky. My nemůžeme vstoupit dvakrát do svého těla, nemůžeme vstoupit dvakrát do světa, který my pozorujeme.

Teď mluvíme v dnešní přednášce o božském oku. V buddhismu máme tzv. *mamsa-čakkhu*, tzn. oko z masa a my všeobecně používáme oko z masa, abychom viděli to, co vidíme. Tady je stůl, támhle je Zuzana, tamhle je Rudolf, támhle je Honza, tahle je dům, támhle je auto. To všechno my vidíme tím okem z masa. Ale abychom se probudili, to už jsem zdůrazňoval mnohokrát, my

potřebujeme jemné vnímání. Božské oko reprezentuje to jemné vnímání. To náš text jasně vysvětluje. Abychom poznali to, co přesahuje světské vnímání, které vidí oko z masa, my potřebujeme jemné vnímání, vnitřní vnímání. A na základě vnitřního vnímání my pak můžeme otevřít, v buddhismu pak existuje oko dharmy, to máme i v učení žáků, to je stejné, oko dharmy, oko moudrosti. Oko dharmy, oko moudrosti je vlastně stejný pojem. Jestli čtete první projev Buddhy, co se děje? Po vysvětlení čtyř pravd žáci získávají oko dharmy, oko moudrosti. Tím pádem vlastně přímo vidí to, co oko z masa nikdy vidět nemůže. Vidí to, co je nadsvětské poznání. Ale aby viděli to, co je nadsvětské poznání, potřebují mít první to jemné oko. Jemné oko je spojené s jemným počitkem.

A stejně tak, jako v předešlých výkladech těch nadpřirozených schopností vidět minulé životy, vidět myšlení druhých přímo, vidět různé vzdálené zvuky i zvuky z jiných planet, z jiných systémů světa. Člověk potřebuje mít jemný počitek. Bez jemného počitku neuvidí. Aby měl jemný počitek, potřebuje jemný smysl.

Co je předpoklad k vidění? Že máme zdravý vizuální orgán, oko a že je spojené se světlem. Pokud není světlo, my nic nevidíme. A teď to jemné oko vytváří to světlo zevnitř. Tím pádem vytváří to světlo zevnitř, jak vysvětluje sútra: Vidí v noci stejně jako ve dne. Stejně tak ve dne, jako v noci.

A jak se tam dostane? Jak se dostane do tohoto stavu? Text vysvětluje, první medituje na jasné objekty: Měsíc, lampa, Slunce. Co nevysvětluje text je, že ten světelný objekt se musí stát mentálním vědomím. Čili, to není v našem textu vysvětlené, meditující musí brát – máme kasinu světla, ohně, vybere si kasinu světla, kasinu ohně, medituje na to světlo nebo na oheň venku a udělá si jasný mentální obraz tohoto světla. Když upevní tento mentální obraz ve vědomí a praktikuje, jak už jsme se mnohokrát zmínili, praktikuje ty čtyři základy jednobodovosti, kontinuity v jednobodovosti.

Čtyři základy výcviku v samádhi, to znamená entuziasmus, čhanda nebo přání, člověk musí mít entuziasmus, musí mít vášeň, aby mentálně překonal překážky. Protože vlastně výcvik v meditaci není nic jiného, než konfrontace s vnitřními překážkami. My nemáme ty schopnosti nadpřirozené, protože my nemáme podmínky a nemáme vůli se potýkat s těmi překážkami, které jsou s tím spojené. To není tak snadné získat kontinuitu jednobodovosti vědomí. My můžeme získat džhánu, ale ta kontinuita jednobodovosti vědomí tam nebude. Pokud nebudeme mít entuziasmus, pokud nebudeme mít kontinuitu v praxi, pokud nebudeme mít kontinuitu v jasnosti vědomí, v jasnosti mysli a pokud nebudeme mít jasné analytické pochopení toho, co děláme, tak my se tam nikdy nedostaneme. Ty čtyři věci se musejí doplňovat, musíme mít jasný koncept toho, co chceme, jak to dosáhneme a jaké překážky musíme zdolat. A jak je zdoláme, pak my se tam dostaneme. Pak my můžeme uspět v meditaci.

A když uspějeme v meditaci, tak můžeme, na základě toho, co jsme říkali jako přípravné džhány, pak si silou vůle my pak můžeme to jemné poznání, jemnou vnitřní vizi, my můžeme použít k získání toho, čemu se zde říká božské oko. Božské oko, bůh tedy ne jakožto absolutno,

ale bůh jako bytost, v naší kultuře jako andělé. Andělé nebo boží bytosti jsou dévas. Dévas je od sanskrtského kořene div, což znamená „oni září“. Div znamená zářit. Déva je zářivá bytost.

Abychom získali božské oko, kterým můžeme vidět, jak bytosti na základě karmy se zrozují po smrti, do jakých stavů. Proč to můžeme vidět? To už jsme vysvětlili. To je důležitost džhány. Na základě džhány my můžeme poznat tzv. základ mysli. Základ mysli se v théravádě jmenuje *bhavanga*. Bhavanga znamená doslova důvod existence, bhava je existence, anga zde znamená důvod. Důvod existence je kontinuita mysli. Jestliže mysl nemá kontinuitu, tak existence též nemůže existovat. Jenomže existence v indické filosofii i částečně v naší substantivní filosofii, kterou dnešní věda - relativita a tak, postupně rozvíjela. Vlastně západní filosofie je z velké části až dodneška filosofie substance – něco existuje. A něco existuje proto, v indické filosofii je to něco, co stojí. Něco, co stojí, co se nemění.

Ve filosofii žáků to, co stojí, to co se nemění, to jsou ty základní složky existence. Jakožto čitta – mysl, čétasika – faktory mysli, rúpa – forma, v tom smyslu materiální forma, tedy něco, co je složené ze základních jednotek formy, což je země, voda, oheň, vítr a co je omezené prostorem, to je forma. A to jsou složky, které existují protože, ačkoli stále se mění, jejich vlastnosti zůstávají stejné, nedají se pozbýt. Země, jak už jsme se zmínili, je skutečná země, jsou vlastnosti země, tvrdost, měkkost atd. Voda, skutečná voda, jsou vlastnosti vody. Skutečný oheň jsou vlastnosti. Tyto vlastnosti jsou relativní, ale stojí. Stále, když šáhneme na jakoukoli hmotu, bude mít teplotu a ta teplota, to je oheň. Bude mít kohezi a koheze to je voda. Bude mít tvrdost, protože se toho můžeme dotknout, tvrdost to je země. Tyto složky se nemění. Stejně tak jako když existuje mysl, bude existovat počitek. A ten počitek je přijetí objektu jakožto příjemný, nepříjemný nebo ani příjemný, ani nepříjemný. Ačkoli počitky se stále mění, tyto kvality se nemění. Z hlediska učení žáků proto tyto kvality skutečně existují.

Teď z hlediska mahájány. Jelikož existence, bhava, znamená proces vznikání, nic neexistuje. Protože relativita, tedy závislé vznikání, vylučuje cokoliv, co se dá uchytit, jako něco, co stojí. Není možné v procesu stávání něco zachytit. A ta nemožnost zachycení něčeho, to je právě, z hlediska mahájánového buddhismu, to je podstat nebo přirozenost buddhovství. Přirozenost buddhovství, tou se říká sféra buddhů, tomu se říká jediná skutečná vlastnost, tomu se říká limit existence, tomu se říká takovost. Ať už to nazveme jakkoliv, je to jediná skutečná realita. Jiná realita jinde nemůže existovat. A právě proto, z hlediska této reality vlastně přirozenost všech bytostí je nirvána. To je učení transcendentální moudrosti. Přirozenost všech bytostí je nirvána. Ale bytosti neznají svoji vlastní přirozenost. A nirvána je v buddhismu summum bonum, je to vše, co je dobré. To je důležité pochopit.

Teď z hlediska mahájánového učení, poznání žáků je správné poznání, ale není kompletní poznání. Kompletní poznání může existovat jedině na základě poznání Buddhovy přirozenosti. Jiná skutečnost je omezená skutečnost. Jedině Buddhova skutečnost je neomezená skutečnost. A v našem textu Kumáradžíva spojuje toto poznání neomezené skutečnosti právě s tím božským okem. Protože bez jemného oka, oka na základě samádhi, my nezískáme oko moudrosti. To, co oko moudrosti vidí, to je právě z hlediska mahájány, to je ta podstata

buddhovství. Ať už studujeme učení žáků, ať už studujeme učení buddhů pro sebe, bez poznání právě nirvány, která se nedá odlišit od skutečnosti všech věcí, tak vlastně veškeré poznání má relativitu, právě proto díky skutečnosti této buddhovské podstaty. Poznání relativity v té hloubce, abychom poznali skutečně relativitu, potřebujeme hlubokou mysl. Bez hluboké mysli my nikdy relativitu poznat nemůžeme. Alespoň ne poznání relativity, které vede k osvobození. Poznání relativity, poznání závislého vznikání je jediná cesta, střední cesta. A ta střední cesta je kompletní, jedině v poznání absolutní prázdnoty, *atjanta-šúnjata*[509]. Absolutní prázdnota. To, ten pojem absolutní prázdnoty jako jediného jsoucna, jediné skutečnosti, je to, co odlišuje učení žáků od učení bódhisattvů. Bódhisattva vidí nebo měl by vidět tu skutečnost Buddhy, jako jedinou skutečnost. Jiná skutečnost neexistuje. Arahat má skutečnost, ale není kompletní skutečnost, pokud nepronikne tou takovostí, nedualistickou takovostí, jakožto jedinou vlastností všeho. Uvnitř, venku, nic než právě tato nedualistická takovost, což je podstata buddhovství, neexistuje.

A v našem textu je toto spojené dohromady. Tedy nejprve meditující, podle textu, získá oko, oko je na základě orgánu, vizuálního orgánu. Vizuální orgán je materiální, oko je materiální, jakožto materie, jakožto materie složená ze čtyř elementů, čtyř základních elementů. Božské oko je oko, v němž ty čtyři elementy nepatří do sféry, která je dominovaná pěti smysly, ale patří do sféry jemných počitků, do sféry *rúpa-dhátu*. Což je sféra bohů, sféra brahmů. Toto oko sféry Brahmy, to může překročit dimenze oka z masa. Oko z masa nemá možnost překročit dimenze, dimenze samsárického bytí. Oko složené z jemných forem, z jemných čtyř elementů má možnost odstranit ty dimenze, které nás vlastně omezují, náš prostor a může být otevření pro nekonečné vnitřní dimenze. Tyto nekonečné vnitřní dimenze patří nátuře buddhovství, přirozenosti buddhovství.

Podle súter mahájány, žáci ani buddhové pro sebe nemůžou vidět tyto nekonečné prostory, jelikož nemají jasné pojetí *atjanta-šúnjata*. Nemají jasné pojetí prázdnoty jakožto jediné vlastnosti všech jsoucen. Tím pádem jejich poznání stále tenduje k dualistickému poznání. Mají inklinaci k dualistickému poznání. Abychom poznali čisté země, abychom poznali výtvory čistého vědomí, potřebujeme prostor pro pochopení *atjanta-šúnjata*, pochopení prázdnoty jakožto jediné skutečnosti.

A jak pochopíme prázdnotu jako jedinou skutečnost? To nás teď připravuje na vysvětlení, kterému se budeme věnovat v rámci rozboru Sútry srdce. Filosofie transcendentální moudrosti je systematizována Nágárdžunou v traktátu Vysvětlení střední cesty[510], který začíná vlastně v pravém smyslu osmi negacemi. Co znamená z hlediska pochopení bódhisattvů, co znamená učení o jedné realitě, která je skutečnost buddhů? Neomezené realitě nedualistického pochopení prázdnoty. Madhjamakakárika:

[509] Atjanta neboli atjantašúnjatá označuje "nekonečnou prázdnotu", jednu z "dvaceti prázdnot" (šúnjatá), jak je definována v Dharma-sangraha (část 41). (*Wisdom Library*)
[510] (Múla)madhjamakakárika.

„Já se klaním tomu nejlepšímu z učitelů, kteří vysvětlují skutečnost, který vysvětluje závislé vznikání jakožto něco, co není ani poznamenáno věčností, ani poznamenáno nestálostí, ani nevyvstalo, ani nemůže zaniknout, ani není jednota, ani není mnohost, ani nepřichází, ani neodchází. Ten Buddha, který vysvětluje relativitu tímto způsobem, tomu já se klaním.“

Říká Nágardžuna. Jestliže existence je vznikání, vznikání nemůže mít ani začátek, ani konec, nemůže být ani jedno, ani mnohé. Nemůže ani přicházet, nemůže ani odcházet, protože nemá žádné jádro, nemá žádnou existenci jako něco, co existuje samo o sobě. Skutečná existence, z hlediska indické filosofie alespoň, je něco, co musí existovat samo o sobě. A ta neexistence sama o sobě, ta ani nepřichází, ani neodchází, není ani jedna, ani mnoho. Proč? Protože se nedá chytit. A to je přirozenost všech věcí. Ta nemožnost, to neznamená, že my ji chytit nemůžeme, my ji můžeme chytit, ale na základě konceptu. Ta podstata sama o sobě je čistá, ale abychom ji viděli, tu čistou podstatu, to je ten paradox, my potřebujeme prst, aby ukázal na ten Měsíc, aby my jsme byli schopni pochopit, že ten Měsíc je tam. Bez toho prstu my to nepochopíme

A teď právě logika té přirozenosti buddhovství je v tom, že jakékoli přímé určení něčeho, jakožto něčeho existujícího, samo sebe popírá. Protože náš proces, co my můžeme poznat je pouze proces vznikání. Nikdo nevstoupí dvakrát do té stejné řeky. To je *vipassana*. Čili vipassana je – neznamená, že analytická vipassana je špatná, analytická vipassana je důležitá, ale analytická vipassana je k tomu, abychom chápali tu vipassanu na základě té jediné skutečnosti. Jiná skutečnost neexistuje. A to je skutečnost té jediné možné skutečnosti, z hlediska logiky, to je skutečnosti nedualistického pochopení nás, jakožto procesu. Protože náš proces nemůže existovat nezávisle na procesech druhých. Všechny procesy se může objevit jedině na základě tohoto přirozeného buddhovství, Tomu se říká sféra Buddhy. Sféra Buddhy je přirozenost všech bytostí, ale bytosti tu přirozenost nevidí. Proč ji nevidí? Protože nemají vědu. Avidždžá znamená nevědomost, není věda. Není věda pochopit věci tak, jak se ve skutečnosti mají.

A právě proto těch osm negací. Těch osm negací umožňuje, že my pochopíme sféru Buddhu. To je, co text nám vysvětluje. Umožňuje to, že můžeme vidět bezpočetné buddhy ve všech deseti směrech a ve veškerých čistých zemích, těch ornamentech, ve kterých se nachází. Co jsou ty ornamenty, ve kterých se nachází? To není nic jiného, než ornamenty té čisté mysli. Ty čisté země jsou čisté země, protože nikomu nepatří. Žádná Zuzana, žádný Dhammadípa, žádný Honza se do žádné čisté země nemůže dostat. Jestliže se Honza chce dostat do čisté země, no tak vlastně nepochopil, co čistá země znamená. Čistá země je právě ta podstata buddhovství, která vytváří všechny čisté formy. Právě proto, to učí transcendentální moudrost, Diamantová sútra, my můžeme rozdat všechno, jestliže budeme velcí vládci, můžeme rozdat, stejně jako Buddha, celé naše království pro dobro všech bytostí, ale pokud nepochopíme, že od samého počátku ten, kdo rozdává neexistuje a to, co existuje, neexistuje ve skutečnosti, tak jeho zásluhy omezené, i když rozdá všechno, co má. A když je neskutečné bohatý, tak rozdá celé království, ale jeho zásluhy budou omezené.

Pokud se nenapojí na to, co omezenost nemá. Čili skutečné dávání, skutečná čistota nepatří osobě, nepatří bytosti, ale patří té přirozenosti, která je ve všech bytostech. To je i v učení, ve Vinaji je krásný příběh probuzení Buddhy, kde Buddha po svém probuzení vidí všechny bytosti jakožto lotosové květy, hluboce ponořené do bahna. A první dojem je, že nikdo, žádný z těch květů, že z toho bahna nemůže dostat. Právě proto si myslí, že jeho učení my bytosti, se svým omezeným pochopením, nemůžeme pochopit. Že od samého počátku my jsme čistí. Čistota je jediný princip bytostí. Protože jejich mysl nikomu nepatří. To je paradox mysli. My myslíme, ale ta mysl nám nepatří. My děláme, ale žádný skutečný agent toho dělání vlastně neexistuje. Právě jestliže to pochopíme, tak pak je to velké dělání. Jestliže vidíme na základě toho přirozeného principu buddhovství, pak malé oko se stává velkým okem. A prostory se rozšiřují do nekonečna. Proč? Text vysvětluje, že přirozenost dharmy je nezničitelná. A protože přirozenost dharmy je nezničitelná, ty vlastnosti Buddhy vlastně je i naše přirozenost. Ta čistota je i naše přirozenost.

Jenomže, my abychom pochopili naši přirozenost, my musíme jasně pochopit, co je přirozenost Buddhy. Pochopení praxe jakožto každý praktikuje nebo jestliže má správnou motivaci, jestliže je bódhisattva, tak jeho motivace je stát se buddhou. Ale první musí pochopit, co je přirozenost Buddhy, co je přirozenost buddhovství. Jinak, pokud to nechápe jasně, co je přirozenost buddhovství, pak jeho motivace nemůže uspět. Právě proto je tak důležité začít se správnou motivací. A správná motivace je ta absolutní čistota, která není v bytostech, ale je v té podstatě buddhovství, která je podstata všech věcí. Protože podstata buddhovství je podstata všech věcí, vlastně proces meditace, proces vipassany je nalaďování se na tuto podstatu.

Ale první, abychom se mohli na ni naladit, my ji musíme pochopit. Jestliže ji nechápeme, tak my se nenaladíme. A my ji nemůžeme pochopit naší omezenou myslí. Právě proto metoda střední cesty, metoda vipassany založené na střední cestě je metoda rozbíjení. První musíme popřít to, co my vidíme tím okem z masa, abychom se naladili na oko moudrosti. To dělá učení žáků tím, že rozdělí naši existenci správně na bezprostřední počitky pěti agregátů, vnitřních smyslů, objektů vnitřních smyslů, vnitřní smysly, vnější objekty a vědomí, které je spojuje atd. Tím pádem vlastně rozbíjí pojem jsoucna, skutečného jsoucna v bytostech. Ale základ učení bódhisattvů je, že rozbíjení jsoucna v bytostech nestačí. Musíme rozbít především jsoucno jako takové. Pojem jsoucna a naše skutečnost, pojem skutečného jsoucna a naše skutečnost jsou dvě věci, které se nedají spojit, protože jak uvnitř, tak i venku nenajdeme nic, co by odpovídalo tomu, čemu se říká *svabháva*, existenci existující sama o sobě. I učení žáků jasně učí, že pět agregátů existence jsou prázdné. Pět agregátů existence je všechno v naší zkušenosti, ale nedovádí to, z hlediska učení bódhisattvů, nedovádí to do důsledku.

Co je důsledek toho, že závislé vznikání je prázdné? Důsledkem toho je, že nic se ve skutečnosti nezrodilo. Bódhisattva, skutečný bódhisattva je ten, který to bezprostředně pozná, že nic se ve skutečnosti nezrodí. A tím, že jasně poznáme, že nic se ve skutečnosti nezrodilo, vlastně se ocitáme v rozměrech přirozenosti buddhů. Čili skutečný bódhisattva je ten, který poznal *anutpattidharmakšánti*, to znamená přirozenost nezrození. Přirozenost nezrození poznat,

potřebuje hlubokou mysl. Povrchní mysl, oko z masa, nikdy nepozná přirozenost nezrození. A v té přirozenosti nezrození se nachází od samého počátku všechny bytosti. Jenomže všechny bytosti to nechápou. Právě proto, že to nechápou a bódhisattva na to medituje, proto bódhisattva získává velký soucit k bytostem, které právě tuto vlastní čistotu nechápou.

A co je božské oko především? Proč božské oko, jak už jsme se zmínili, aby naše probuzení, naše bódhi mělo sílu, potřebujeme *tévidždža*. Tévidždža znamená tři vědy. Vědu psychického přetváření, rddhi, vědu poznání minulých životů. Abychom poznali závislé vznikání musíme poznat, závislé vznikání je všech tradicích vysvětleno na základě tří existencí. Abychom poznali, že existence je jen proces, se nedá chytit. Jelikož jsme měli nevědu v minulosti, tak jsme vytvářeli a akumulovali formace vůle. Jelikož jsme akumulovali formace vůle, tak jsme se zrodili s rozlišujícím vědomím, které se drží svých rozlišení. Čili z vědomí pochází objekt vědomí jako něco odděleného od subjektu vědomí. A díky tomu samozřejmě se vytváří sféry, vnitřní sféry, vnější sféry, vytváří se dotyk a jelikož my nechápeme, že od samého počátku vlastnost vědomí je přirozenost prázdnoty, protože bez prázdnoty vědomí nemůže pracovat, nemůže rozlišovat, aby vědomí mohlo rozlišovat, musí mít jako základ prázdnotu.

Na základě prázdnoty pak může existovat kontinuita. Protože vše existuje jen okamžiku na okamžik. Přestože existuje z okamžiku na okamžik, nezaniká. Proč nezaniká: Protože existuje ten hluboký základ vědomí. Ten hluboký základ vědomí, jestliže je spoje s dualismem, tak je bhavanga, tak je álaja, ale jestli není spojen s dualismem, tak je to buddhovství. Protože vědomí samo o sobě žádné omezení nemá. My, jak říká moudrý Sokrates, my jsme tvůrci omezení vědomí. My bytosti. Ale vědomí samo omezení nemá.

A jak tvoříme omezení vědomí? Tím, že vidíme naši minulost jako něco odděleného od naší přítomnosti a vidíme naši přítomnost jako odděleného od budoucnosti. Ale toto oddělení my jsme uvedli do myšlení. V myšlení toto oddělení není. A toto oddělování je na základě čeho? Na základě vzpomínání. My vzpomínáme, proto oddělujeme. A oddělujeme co? Oddělujeme to, co bylo. Jestliže chápeme, že tento proces oddělování není skutečnost, tak se otevře skutečnost té čistoty vědomí. Čistota vědomí existuje v momentu - jak se můžeme dostat do čistoty vědomí? Tím, že věříme, že ta čistota vědomí je jeho vlastní přirozenost. To je mahájánová filosofie. Přirozenost vědomí není nic jiného než skutečná skutečnost. A do té skutečnosti se nedá nic přidat, z té skutečnosti se nedá nic ubrat, protože my přidáváme a ubíráme, proto my se orientujeme na vzpomínání. A tím, že se orientujeme na vzpomínání, my vlastně vzpomínáním jsme v té omezené realitě.

A proto Kumáradžíva vysvětluje, že tímto poznáním jemného oka, které nám rozšíří horizonty do původní čistoty vědomí, otevíráme oko moudrosti, otevíráme oko dharmy, poznáváme, že nejenom bytosti nemají skutečné já, ale všechny fenomény bez výjimky nemají žádnou skutečnost. Oko neví, že je oko. Stůl neví, že je stůl. A kontinuita právě dharmy není nic jiného, než vlastně z jistého smyslu je to vzpomínání na to, co jsme poznali tím okem z masa - tohle je stůl takový, já chápu stůl tahle, ale jiné bytosti chápou stůl jinak. Já chápu barvu takto, jiná bytost ji může chápat jinak, to už je vědecky dokázáno, že bytosti vidí barvy i tvary různě. My

vidíme podle karem, podle karmy, podle našich konceptů a koncepty jsou výsledky naší karmy. To, co nás dělá odlišné, to není existence, ale to je karma. Karma, na základě karmy máme odlišné koncepty. Na základě odlišných konceptů, máme odlišné libosti a nelibosti. A na základě odlišných libostí a nelibostí máme pak rozdílné jednání. A na základě rozdílného jednání vytváříme zase rozdílné karmy, rozdílné vůle a akumulujeme rozdílné vůle. Ale toto samotné nemá žádnou vlastní podstatu. Ta vlastní podstata v něm, je právě ta prázdnota, která tento proces umožňuje. Kdyby nebyla ta prázdnota, no tak ten proces by nemohl být, nemohl existovat. Aby něco pracovalo, musí to mít nějaký podklad, aby komputer pracovat, musí mít nějaký podklad, nějaký harddisk. A ten harddisk vědomí je právě ta prázdnota, do které se dávají ty informace, na které pak my vzpomínáme.

Takže božské oko vidí co? Jak získáme božské oko? Jak poznáme božské oko? Můžeme, když máme džhánu, tak vidíme *bhavangu*. Když vidíme *bhavangu*, můžeme vidět i ty myšlenkové procesy těch bytostí. Ty myšlenkové procesy těch bytostí my můžeme vidět. Jak už jsme se zmínili na základě znalosti vědomí druhých, my můžeme vidět na základě změny barev v srdci nebo auře, jogíni, což je konvenční vidění.

Pak můžeme z hlediska abhidharmy, na základě abhidharmy, my můžeme, jestliže vidíme proud vědomí, na základě bhavangy, vidíme ho v sobě, no tak ho vidíme i v druhých. A tak, tím pádem, když někdo zemře, my můžeme sledovat jeho proces poslední mysli, která pak jde někam jinak. Protože mysl je kontinuita. A ta kontinuita je toho harddisku, toho důvodu existence. A ten důvod existence je právě to ulpívání. To ulpívání je základě nepoznání dotyku. Máme dotyk na základě poznání prázdnoty a máme dotyk na základě nevědomosti, nepoznání. Oko, jako orgán je prázdný, barva je též prázdná, nemá žádnou vlastní podstatu. To vizuální vědomí, které spojením těchto dvou vznikne je též prázdné, nemá žádnou vlastní podstatu. A též myšlení, které vznikne na základě – musí být orgán myšlení, musí být objekt myšlení, bez objektu žádné vědomí nemůže nastat. Objekt je důvod procesu vědomí. Kde není objekt vědomí, nemůže proces vědomí nastat. A vědomí je proces. Myšlení je proces. A důvod procesu je objekt. Pokud není objekt, tak rozlišující vědomí nemůže nastat. Ale to rozlišujíc vědomí má kontinuitu na základě toho základu. To je ten důvod existence. To je ta *álaja*. To je ta dualistická mysl. Ale mysl ve svém základu není dualistická.

Právě proto, to božské oko spojuje Kumáradžíva krásně s mahájánovou filosofií prázdnoty, jakožto jediného jsoucna, jediné věci, která skutečně existuje. Skutečně existuje znamená existovat ve své nepochopitelnosti, neuchopitelnosti. To je skutečná existence. A právě proto poznáním, jak se lidé převtělují na základě karmy, poznává i že skutečnost karmy není vlastně skutečností. Je to náš sen, ve kterém my jsme buď chyceni a ať už jsme nebo nejsme chyceni, ten sen pokračuje. Co je sen? Sen je stav mysli, která nepotřebuje vnější objekty. No a vědomí též pracuje, přestože pracuje na základě vnějšího objektu, vlastně ty vnější objekty, stejně tak jako vnitřní proces, může existovat jedině na základě té prázdnoty, té neuchopitelnosti dění. Neuchopitelnost dění je skutečná realita.

A aby člověk tuto realitu pochopil, potřebuje mít za prvé jasnost a za druhé jemný počitek. A jak se to děje, možná když bude nějaký čas, tak vysvětlíme na základě Sútry srdce. Sútra srdce vlastně vysvětluje hluboké pojetí jak chodit v té realitě, která se nedá uchytit. V této realitě, která se nedá uchytit, my se musíme naučit chodit. A jak se v ní chodí? Jakmile se sklouzne rovnou do pekla. Jestliže vidíme zenové výroky zenových mistrů, *jestliže uvidíš i něco tak malého jako křídlo komára, okamžitě padáš do pekla.* Jakmile uvidíš křídlo komára, okamžitě padáš do pekla. No a my vidíme domy, my vidíme ulice, vidíme auta, no tak se musíme naučit vidět nevidět. A vidět nevidět právě náš text spojuje s tím božským okem. Božské oko je oko, které nic nevidí. Vidění, které nic nevidí, vidí jak my se zrozujeme, my bytosti se zrozujeme na základě karmy, ale v podstatě to žádné skutečné zrozování není. Jestliže to pochopíme, získáme schopnost přijmout stav nezrození. Ten, kdo přijme stav nezrození se stává skutečným bódhisattvou. V tomto stavu nezrození všechno funguje, dobré činy mají dobré výsledky, špatné činy mají špatné výsledky, to nepopírá příčinu a důsledek, doplňuje příčinu a důsledek z hlediska hlubšího pochopení. A jak, to se dozvíme na výkladu Sútry srdce. Tak pro dnešek by to stačilo.

Předáme zásluhy, jako obvykle.

Nechť se zásluhy této naší praxe poslouchání hluboké dharmy přenesou na všechny bytosti, aby my všichni společně získali stav dokonalosti. Nechť se všichni probudíte v Čisté zemi.

Slovník

Použité zkratky:

- LVM – Lexikon východní moudrosti
- BS – Nyanatiloka Théra: Buddhistický slovník
- MEB - Vladimír Miltner: Malá encyklopedie buddhismu
- PDB – Princeton Dictionary of Buddhism

A

Abhidharmakóša: neboli Pokladnice Abhidharmy označuje soubor textů (základní text a komentář) o Abhidharmě, které napsal indický učenec Vasubandhu ve 4. nebo 5. století. Původní texty byly napsány v sanskrtu a poté přeloženy do čínštiny a tibetštiny. Abhidharmakóša se dodnes hojně studuje na tibetských buddhistických klášterních univerzitách.

Současný učenec Thupten Jinpa uvádí: Z hlediska postavení a autority konkuruje Pokladnice Abhidharmy Buddhaghósově soudobé théravádové klasice Cesta čistoty a zabývá se takovými ústředními tématy, jako je povaha a kauzální dynamika emocí, typologie mysli a mentálních faktorů, různé povznesené meditační stavy a karma a její rozmanité projevy. Vasubandhuovo dílo se zabývá také buddhistickou teorií vývoje vesmíru i života v něm.

Abhidharmasamuččaja: Souhrn scholastiky, jeden ze zásadních spisů Asangových.

Abhidhammattha-sangaha: Kompendium věcí obsažené v Abhidhammě, pálijská příručka nebo kompendium o Abhidhammě théravádové tradice. Napsal ji šrílanský mnich Áčárja Anuruddha někdy mezi 8. až 12. stoletím. Obsahuje 9 kapitol a existují četné komentáře k tomuto dílu. PDF, PDF, PDF

ádešana neboli **ádešanáprátihárja:** vztahuje se k "zázraku čtení myšlenek" a představuje jeden ze "tří druhů zázraků" (prátihárja), jak jsou definovány v Dharma-saṃgraha (133) připisovaném Nágárdžunovi.

ádešanáprátihárja viz ádešana

adhimokkha viz adhimókša

adhimókša, **adhimokkha**: rozhodnutí, rozhodnost: je jedním z mentálních faktorů (čétasika) a náleží do skupiny mentálních formací (sankhárakkhandha). V M. 111 je zmíněna spolu s ostatními mentálními faktory.

abhisamaja: ‚uskutečnění (prožití) pravdy‘, je plné a přímé pochopení čtyř ušlechtilých pravd tím, kdo vstoupil do proudu (sótápanna). V komentářích je tento pojem často reprezentován termínem ‚proniknutí‘ (pativédha). Často se objevuje jako dhammábhisamaja, ‚uskutečnění nauky‘. Srov. S. XIII (Abhisamaja-samjutta) a Pts.M. (Abhisamajakathá). (BS)

abhisankhára: znamená totéž, co karmické formace (sankhára), tj. druhý člen podmíněného vznikání (patičča-samuppáda).

ágama: soubor, oddíl, některá ze čtyř součástí druhého koše (Sútrapitaka, Suttapitaka) sanskrtského kánonu (Tripitaka, Tipitaka) sarvástivádského, jež jsou Dírghágama (Díghanikája), Madhjamágama (Madždžhimanikája), Sanjuktágama (Sanjuttanikája) a Ekóttarikágama (Anguttaranikája). Termínu ágama odpovídá v pálijském kánonu nikája, těch však je pět.

agregáty viz khandha

ájatana: dvanáct smyslových kategorií, totiž šest smyslových orgánů: oči, uši, nos, jazyk, tělo, mysl (manas, mana), a šest jim odpovídajících smyslových objektů: tvar, zvuk, pach, chuť, dotek a myšlenkové věci (dharma, dhamma).

ákára: v sanskrtu "aspekt", "způsob", "forma" nebo "obraz"; víceznačný termín, který se používá zejména v diskusích o epistemologii k popisu obrazu vrhaného objektem, který slouží jako skutečný předmět smyslového vnímání.

álaja: „bydliště“, „zásobárna“, „skladiště“; netvůrčí vesmírný stav nebo také potenciální vesmírný klid, jehož povaha odpovídá představě o duši vesmíru. Přesněji: vesmírné ticho jako protiklad vesmírného tvůrčího údobí. Jinak ovšem ticho s potenciální energií jako předpokladem tvůrčího údobí. (Květoslav Minařík: Malý mystický slovník naučný)

álajavidžňána (álajaviňňá): „zásobové vědomí“, ústřední pojem školy vidžňánaváda, základní vědomí veškerého bytí, obsahující všechny zkušenosti individuálních životů a zárodky všech psychických jevů. Podle této teorie není žádného vnějšího světa ani žádného jeho poznání - je jen poznání introspektivní. Podle původních názorů staré vědomí, které smrtí jedince zaniká, je jakousi živnou silou vědomí jedince znovuzrozujícího se. Různí myslitelé se stále vraceli k tomuto rozhraní smrti a života a snažili se dokázat, že mezi nimi není žádného mezistavu, nicméně však cítili, že tuto nepřetržitou souvislost nemohou nijak vysvětlit ani náležitě dokázat. Vidžňánavádinové a zejména Mistr Asanga tvrdí, že tuto souvislost zajišťuje jakési „nadvědomí“, to jest „zásobové vědomí“, v němž se vědomě i nevědomky či podvědomě hromadí reflexy vjemů, které se z něj zase v patřičný čas promítají ven podle karmanového zákona. Mnozí myslitelé se však od pojetí „zásobového vědomí“ odvrátili, neboť poznali, že to vlastně není nic jiného, než umně přestrojená duše, buddhismu cizí. (MEB)

A *LVM*:

álajavidžňána: dosl. „zásobové vědomí", základní pojem jógáčárové školy mahájány, jež v něm spatřuje základní vědomí všeho bytí, podstatu světa, ze které povstává všechno, co existuje.

Skrývá v sobě zkušenosti jednotlivých životů a zárodky každého duševního jevu. Představa álajavidžňány tvoří základ doktríny „pouhého vědomí" (vidžňaptimátratáváda) jógáčáry a stojí v centru její individualizační teorie, podle níž karmické zárodky (vásaná) minulého empirického jedince vstupují do álajavidžňány a odtud opět vycházejí, aby daly popud k myšlenkové činnosti. Toto individuální myšlení je zatíženo nevědomostí (avidjá) a egoismem, jež umožňují vznik představy, že se jedná o opravdovou osobnost ve skutečném světě. Tak povstávají ideace, které podněcují myšlení, jež samo sebe považuje za osobu, k vytváření karmanu. Tyto karmické vlivy později, poté, co dozrají, vyvolávají nový ideační proces. Tento koloběh končí zánikem představy, že existuje nějaký na vědomí nezávislý materiální svět. - Álajavidžňána bývá často stavěna na roveň poslední skutečnosti či „takovosti" (tathatá); podle jiného pojetí je chápána jako výsledek dřívějšího karmanu).

álajaviňňá viz álajavidňána

álambana: "objekt", vztahuje se k "bdělosti (smrtjupasthána) jako objektu (álambana)", podle Mahápradžňápáramitášástry 2. století kapitola XXXI.:

> Všechny dharmy s formou (rúpadharma), totiž deset základů vědomí a malá část dharmájatana jsou bdělostí těla. - Šest druhů pocitů, totiž pocity vznikající při styku s okem a pocity vznikající při styku s uchem, nosem, jazykem, tělem a myslí v uvedeném pořadí. Šest druhů vědomí, totiž vědomí oka a vědomí ucha, nosu, jazyka, těla a mysli, jsou bdělostí mysli. Souhrn pojmů, souhrn vůlí a tři nepodmíněností jsou bdělostí dharmy. To je bdělost jako objekt (álambana).

Podle Kamalašíly a oddílu Šrávakabhúmi v Jógáčárabhúmišástře představuje álambana "objekt pozorování" spojený se šamathou ("přístupová koncentrace") - Abychom mohli praktikovat šamathu, musíme si vybrat objekt pozorování (álambana, tibetsky dmigs-pa). Pak je třeba překonat pět chyb (ádínava, tibetsky nyes-dmigs). (*Wisdom Library*)

Amitábha sútra: jedna z hlavních súter školy Čistá země. Říká se, že je to jediná sútra, kterou Šákjamuni kázal, aniž by byl o to požádán. Kvůli tomu, aby usnadnila živým bytostem praktikovat a kultivovat Buddhovu cestu Šákjamuni zjevil a naučil nás nejjednodušší způsob osvobození a osvícení - recitování Buddhova jména Amitábha. Odříkáváním tohoto jména se lze rozhodnout pro zrození v Čisté zemi nejvyšší blaženosti. Jedná se o jednu z nejoblíbenějších súter, kterou recitují buddhisté v Číně. - Amitábha sútra je populární hovorový název pro kratší Sukhávatívjúha sútru. - Většinu Amitábha sútry, která je podstatně kratší než ostatní sútry Čisté země, tvoří promluva, kterou Buddha pronesl v háji Džéta ve Šrávastí svému žákovi Šáriputrovi. Řeč se týkala podivuhodných poct a pokladů, které čekají na spravedlivé v západní čisté zemi Sukhávatí, a také bytostí, které tam přebývají, včetně buddhy Amitábhy. Text také popisuje, co je třeba udělat, aby se tam člověk narodil. (Wisdom Library)

anátman (sanskrt nebo v páli anattá: ne-já, bezpodstatnost, jeden ze tří znaků všeho bytí (trilakšana). Anátmanová doktrína, jež představuje jednu z ústředních nauk buddhismu, tvrdí, že v nitru jednotlivých bytostí se nenachází žádné já (átman) ve smyslu nepomíjivé, věčné,

jednotné a nezávislé substance. Proto také já v buddhistickém pojetí není nic jiného, než z pěti souborů (skandha) složená, pomíjivá a proměnlivá, a proto strasti podléhající empirická osobnost.

V hínajáně zůstává tato představa omezena jen na osobnost; v mahájáně byla vztažena i na všechny ostatní -dharmy, podřízené závislému vznikání (pratítja-samutpáda). Tuto nezávislost na jakékoli vlastní podstatě (svabháva) označila mahájána jako prázdnotu (šúnjatá).

Podle běžné hinduistické představy je pro duši, vyšší či vlastní já (átman) příznačné, že se nemění a nepodléhá utrpení. Buddhismus, podle jehož pojetí osobnost sestává z pěti pomíjivých skandh, na ni nepohlíží jako na věčné já, nýbrž jen jako na konvenční já plynoucí z každodenní zkušenosti.

Sám Buddha, aby zabránil vzniku nových představ, jež jsou pro duchovní praxi nepodstatné a odvádějí pozornost, k otázce existence či neexistence já nikdy nezaujal jednoznačný postoj. Nauku o ne- já je proto třeba chápat spíše jako „spásně pedagogický" prostředek, než jako filosofickou, doktrínu. Vývoj buddhistického myšlení však postupně směřoval ke stále jednoznačnějšímu popření existence já. Pouze škola vátsíputríjů představu já schvaluje. Ostatní směry buddhismu ale tento názor považují za scestný. V buddhismu se metody k dosažení vysvobození soustřeďují na to, aby vytlačily úvahy o já, jež představují významnou překážku uskutečnění nirvány. Je třeba zcela překonat lpění na představě já, jež tvoří hlavní prapříčinu veškeré žádostivosti; jinak člověk neprohlédne neosobnost všeho bytí, nepozná, že je to proud vzniků a zániků tělesných a duchovních jevů, v němž neexistuje žádné trvalé já, nedokáže postihnout čtyři ušlechtilé pravdy v jejich skutečném významu a získat vědění, důležité pro vysvobození. (Lexikon východní moudrosti).

Ánápánasati sutta (páli) nebo **Ánápánasmrti sútra** (sanskrt): "Pojednání o všímavosti dechu", Madždžhima nikája 118, je pojednání, které podrobně popisuje Buddhův návod, jak používat uvědomování si dechu (ánápána) jako počáteční zaměření meditace.

Sutta obsahuje šestnáct kroků praxe a seskupuje je do čtyř tetrád, které spojuje se čtyřmi satipatthánami (umístěními bdělé pozornosti). Podle amerického učence, mnicha Thanissaro Bhikkhu, obsahuje tato sutta nejpodrobnější meditační pokyny v pálijském kánonu.

Ánápánasmrti sútra, jak tento text znaly sanskrtské rané buddhistické školy v Indii, existuje v několika podobách. V čínském buddhistickém kánonu se dochovala verze Ánápánasmrti sútry v Ekottara Ágama. Tato verze také učí o čtyřech dhjánách, vzpomínání na minulé životy a božském oku.

antarábhava: "mezidobí", které podle Mahápradžňápáramitášástry z 2. století (7. kapitola) představuje fázi reinkarnace a početí. - "Podle některých mají v okamžiku reinkarnace (pratisandhi) všechny bytosti narušenou mysl, ale protože bódhisattva neztrácí bdělost, říká se, že vstupuje do lůna své matky s nenarušenou myslí. Když se nachází v mezidobí (antarábhava) ví, že se nachází v mezidobí".

anussati: ‚rozjímání‘, meditace, zpřítomňování si, uvažování, kontemplace, upamatovávání se. V suttách (například A. VII, 10, 25; D. 33) je často uváděno šest následujících rozjímání: 1. rozjímání o Buddhovi (buddhánussati), 2. rozjímání o dhammě (dhammánussati), 3. rozjímání o společenství ušlechtilých žáků (sanghánussati), 4. rozjímání o etice (sílánussati), 5. rozjímání o štědrosti (čágánussati) a 6. rozjímání o nebeských bytostech (dévatánussati).

1. „Ušlechtilý žák, Mahánámo, uvažuje takto: ‚Tento Vznešený je svatý, plně probuzený, dokonalý v moudrosti a jednání, šťastný, znalec světů, nepřekonatelný vůdce lidí, kteří se cvičí, učitel bohů a lidí, Buddha, vznešený.‘“
2. „Dobře vyložené je učení Vznešeného (dhamma), přímo viditelné, s bezprostředními plody, zvoucí k vyzkoušení, vedoucí k nibbáně, jednotlivě poznatelné moudrými.“
3. „Správně jedná společenství žáků Vznešeného (sangha), jedná čestně, kráčí po správné cestě, plní své povinnosti. Jsou to čtyři páry lidí neboli osm jednotlivců (arija-puggala). Toto společenství žáků Vznešeného je hodno pohoštění, obdarování, uctění se sepjatýma rukama, je to nesrovnatelné pole pro vykonávání zásluh.“
4. „Ušlechtilý žák dále uvažuje o své vlastní etice (síla), která je bezvadná, neporušená, nepokažená, neposkvrněná, vedoucí k osvobození, ceněná moudrými, nezávislá (na chtivosti nebo názorech) a vede k soustředění.“
5. „Ušlechtilý žák dále uvažuje o své vlastní štědrosti (čága) takto: ‚Jsem opravdu vznešený a vysoce ušlechtilý. Mezi bytostmi znečištěnými špínou lakoty žiji se srdcem prostým lakoty, štědrý a s otevřenou náručí. Raduji se z dávání, jsem připraven dát cokoli bude žádáno. Jsem šťastný, že mohu obdarovávat a dělit se s ostatními.‘“
6. „Ušlechtilý žák dále uvažuje o nebeských bytostech (dévatá): ‚Existují nebeské bytosti Družiny čtyř velkých králů (Čatumahárádžiká dévá), nebeské bytosti Třiceti tří světů (Távatimsa dévá), nebeské bytosti Podsvětí (Jama dévá), blažené nebeské bytosti (Tusita dévá) … a existují další nebeské bytosti (déva). Taková důvěra, taková etika, takové poznání, taková štědrost, takový vhled, kterými jsou nadány tyto bytosti, jež poté, co zmizely odtud, znovuzrodily se v oněch světech − takové kvality jsou přítomny i u mne.‘“ (A. III, 70; VI, 10; XI, 12).

„Když ušlechtilý žák takto uvažuje o Vznešeném … není jeho mysl zachvácena ani žádostí, ani nenávistí, ani zaslepeností. Jeho mysl je v tuto dobu zcela zaměřena k Vznešenému … a s takto zaměřenou myslí dosáhne ušlechtilý žák porozumění smyslu, porozumění dhammě, raduje se z dhammy. V radujícím se vyvstane nadšení a s nadšeným srdcem se utiší. Ztišený uvnitř své bytosti pociťuje štěstí a mysl šťastného se zpevní. O tomto ušlechtilém žáku se říká, že jde mezi ztracenými po správné cestě a že pobývá mezi trpícími osvobozený od utrpení. Když takto dosáhl proudu dhammy, rozvíjí rozjímání o Probuzeném…“ (A. VI, 10).

V A. I, 21 (PTS: I, xvi) a A. I, 27 (PTS: xx. 2) se uvádějí další čtyři meditace (anussati): meditace smrti (marana-sati), sledování částí těla (kájagatá-sati), sledování nádechu a výdechu (ánápána-sati) a rozjímání o klidu a míru (nibbány) (upasamánussati).

Prvních šest rozjímání je podrobně vysvětleno ve Vism. VII, další čtyři ve Vism. VIII. (*Nyanatiloka: Buddhistický slovník*)

anušaja, anusaja: sedm ‚sklonů‘ (inklinací či tendencí): smyslná žádostivost (káma-rága; samjódžana), zloba (patigha), spekulativní názor (ditthi), pochybovačnost (vičikiččhá), domýšlivost (mána), žádostivost po existenci (bhava-rága) a nevědomost (avidždžá). Viz D. 33; A. VII, 11–12. - „Nazývají se ‚sklony‘, protože v důsledku jejich vytrvalosti jsou stále znovu a znovu podmínkami nastávání nové smyslové žádosti atd.“ (Vism. XXII, 60). (BS)

anušaja, anusaja: latentní sklony a neprojevené vášně, které dřímají v podvědomí na rozdíl od aktivních vášní či posedlostí (parjavasthána, padždžavatthána), ovládajících vědomí jedincovo. Je jich sedm:

1. pohlavní smyslnost (káma)
2. zášť (dvéša, dósa)
3. mylný názor (dršti, ditthi)
4. pochybnost (vičikitsa, vičikiččha)
5. samolibost (mána)
6. lpění na životě (bhava)
7. nevědomost (avidja, avidždžá).

Théravádini a sarvástivádini je spojují s vědomím a myšlením, přisuzují jim mravní příčiny a drží je za neblahé (akušala, akusala). Mahásanghikové, vátsíputrovci a dharmaguptovci tvrdí, že latentní sklony nemají s myšlením nic společného, že jsou podvědomé a mravně neutrální. (MEB)

apalakša: Abhidharma Kárika: 11a-b. Protože je bez osmi vad, je čtvrtá neporušená. 11c-d. Vitarka a vičára, dva dechy a čtyři, z nichž štěstí je první. - N/C: Bhásja: "Požehnaný učí, že tři dhjány jsou "narušené" (sa-indžita) kvůli "chybám" (**apakšala**)". K11a-b: "Jakých osm chyb?" - K11c-d: "Osm chyb je vitarka, vičára, štěstí, utrpení, spokojenost, nespokojenost, nádech a výdech. Žádná z těchto osmi se nevyskytuje ve čtvrté dhjáně: proto je jako jediná označována jako "nerušená"." Je pravda, že Sútra říká, že čtvrtá dhjána je nerušená, protože ji nerozrušují vitarka a vičára, radost a štěstí. (Záměrem této pasáže však není přisoudit čtvrté dhjáně dechy atd.; Sútra pouze konstatuje její odlišnost od ostatních dhján). Podle jiných je čtvrtá dhjána "nerušená" (anendžjam), protože je jako lampa, kterou na uzavřeném místě nerozhýbá vítr". (Apaksala, apakšala: chyba, vada, selhání, hřích)

appamada: pozornost, píle, horlivost. Základní kámen všech dovedných duševních stavů, který má tak zásadní význam, že jej Buddha zdůraznil ve svých slovech na rozloučenou svým žákům: "Všechny složky jsou pomíjivé. Horlivě usilujte“! Nebo „Přiveďte je k dokonalosti tím, že budete pozorní!" (appamádena sampádetha). Horlivost, nelenivost, vážnost, píle, je považována za základ veškerého pokroku. Tak jako všechny stopy živých bytostí překonává stopa slona a stopa slona je mezi nimi považována za nejmocnější, stejně tak mají všechny

záslužné vlastnosti horlivost za svůj základ a horlivost je považována za nejmocnější z těchto vlastností." (A. X, 15).

Apramána: odkazuje na „čtyři nezměrnosti“ podle Mahápradžňápáramitá šástry (32. kap.). Třetí třída doplňkových dharem doporučená Pradžňápáramitou pro bódhisattvy se skládá ze čtyř nezměrností (apramána):

1. milující laskavost (maitrí nebo maitrá)
2. soucit (karuna)
3. radost (mudita)
4. vyrovnanost (upekša)

Jsou to čtyři nezměrnosti (apramána), čtyři osvobození mysli (četovimukti) nebo čtyři příbytky Brahmy (brahmavihára). Tento poslední termín je nejčastější v postkanonických sanskrtských textech a v mahájánových sútrách a šástrách. https://www.wisdomlib.org/definition/apramana

Arahavibhanga sutta: 139. sutta z Mádždžhima nikáji. Byla přednesena v Džétavaně a obsahuje prohlášení a výklad o střední cestě míru mezi dvěma krajnostmi - smyslovými požitky - nízkými, nectnými a nevýhodnými - a sebetrýzněním, rovněž bolestným a nevýhodným. Touto cestou je ušlechtilá osmidílná stezka: při hlásání nauky by ji hlasatel neměl ani vyzdvihovat, ani znehodnocovat, měl by učit pravdu v abstraktních termínech obecného principu. Neměl by být fabulátorem ani kohokoli konfrontovat nevhodnými poznámkami; měl by mluvit pomalu a ne uspěchaně; neměl by se v řeči dopouštět provincialismů ani se odchylovat od uznávané mluvy. - Na konci rozpravy je chválen mladý muž Subhúti, protože chodí tam, kde přebývá v klidu (M.iii.230-7; MA.ii.977-8). (Wisdom Library). Online v angličtině.

aranásamádhi: „koncentrace zabraňující tomu, aby vám někdo ublížil“ podle Mahápradžňápáramitášástra z 2. století (28. kap.) – Aranásamádhi je tedy koncentrace, která brání tomu, aby vám někdo ublížil. Má pět úrovní, kámadhátu a čtyři dhjány“.

Árjadéva: žák Nágárdžuny a autor různých kratších spisů, jež jsou přiřazovány ke škole mádhjamiků. Árjadéva se narodil zřejmě ve 3. stol, na Cejlonu. Pod jménem Kanadéva vystupuje jako 15. patriarcha v indické linii zenu. Byl zavražděn údajně nepřáteli buddhismu. Jeho díla, jež se v úplnosti dochovala jen v čínské a tibetské verzi, představují komentáře ke spisům jeho učitele Nágárdžuny.

arúpalóka viz trilóka

Asanga: zakladatel a duchovní Mistr školy vidžňánaváda či jógáčára. Narodil se v Purušapuře (dnešní Pešávar v Pákistánu) a žil ve 4.-5. století n.l.; starší bratr Vasubandhua Staršího. … Vypráví se, že Asangovým Mistrem byl jakýsi Maitréja či Maitréjanátha, prý pozemské vtělení příštího buddhy Maitréji. Asangovo základní dílo Mahájánasangraha, Mahájánský soubor, zásadní dílo učení Velkého vozu, je zachováno jen v tibetském a čínském překladu. Námětově

podobná, ale pojednávající zvláště o bódhisattvech, je Mahájánasútrálankára, Ozdoba mahájánských súter, dochovaná v klasickém sanskrtu, má jedenadvacet oddílů obsahujících strofy hned vysvětlené prózou. Tento text bývá někdy připisován již zmíněnému Maitréjovi či Maitréjanáthovi, jehož Abhisamjálankára, Ozdoba průniku (do nauky) je zase přisuzována samému Asangovi. Jinými takovými „společnými“ díly Asangovými a Maitréjovými jsou Abhidharma-samuččaja, Sbírka scholastiky, z níž se v sanskrtu dochovaly jen nějaké zlomky, Bódhisattvabhúmi, Země bódhisattvů, Jógáčárabhúmišástra, Traktát o sféře jógáčáry, Madhjántavibhága, Rozlišení středu a krajností, a několik zlomků Uttaratantry, Následného traktátu. Ten někteří připisují spíše Asangovu následníku Sthiramatimu, který tíhl k madhjamace. (MEB)

asankhata: ‚nezformovaná‘ (nesložená, nestvořená či nepodmíněná) je název pro nibbánu, která přesahuje vše, co vzniká a je podmíněné.

ásrava, ásava: „poskvrna“; jsou to poslední překážky na cestě k osvobození. Sámaňňaphalasutta uvádí tři: poskvrnu chtíčem (kámásrava, kámásava), poskvrnu bytím či touhou po bytí (bhavásrava, bhavásava) a poskvrnu nevědomostí (avidjásrava, avidždžásava). Jinde bývá uváděna ještě poskvrna bludem (drštjásrava, ditlhjásava). Poskvrny představují zdroj strastí (duhkha, dukkha) a pouta řetězce znovuzrozování (sansára). Mnich, který se dokonale očistí od těchto poskvrn, stává se světcem arhantem. Pojetí poskvrn je konečný stupeň vývoje různých vysvětlení, proč jsou bytosti poutány koloběhem znovuzrozování. (MEB)

ásrava (páli: ásava), dosl.: "výtok, výměšek", též "poskvrnění"; tři poskvrny tvoří kořen veškerých strastí a příčinu toho, že jsou bytosti zajaty v koloběhu znovuzrození:

1. poskvrna chtíče (sa. kámásrava, pa. kárnásava)
2. povstávání (sa. bhavásrava, pa. bhavásava)
3. nevědomosti (sa. avidjásrava, pa. avidždžásava).

Odstranění těchto tří poskvrn znamená dosažení arhatství.

Nauka o poskvrnách představuje poslední stádium v historické posloupnosti rozličných vysvětlení, proč bytosti vězí v koloběhu životů. Zahrnuje obě podoby žízně (ťršná) a dále nevědomost (avidjá), jež v nauce o závislém vznikání (pratítjasamutpáda) tvoří kořeny utrpení. (LVM)

ašubha – asubha, dosl.: "nepříznivý, nešťastný, nečistý, ošklivý"; protiklad: šubha ("příznivý, šťastný, slibující dobro"). Přemítání o deseti odporných předmětech. Jedno ze 40 meditačních cvičení (bhávaná), jež je uvedeno ve Visuddhimagga a v zásadě se kryje s cvičením přemítání o pohřebišti. Často ašubha označuje též přemítání o 32 tělesných částech (satipatthána, přemítání o těle).

atjanta neboli **atjantašúnjatá** označuje "nekonečnou prázdnotu", jednu z "dvaceti prázdnot" (šúnjatá), jak je definována v Dharma-sangraha (část 41). (*Wisdom Library*)

Avantakasútra viz Buddhávatansakasútra

Avantakasútra viz Buddhávatansakasútra

B

bhávaná: hloubání, rozvíjení ducha, všechna cvičení, jež jsou povětšině označována jako "meditace". Rozlišujeme dva druhy bhávany: rozvoj duševního klidu (šamatha) a jasnozření (vipašjaná, vhled). Duševní klid představuje předpoklad pro dosažení jasnozřivosti. Podle Visuddhimaggy existuje 40 různých cvičení, jež vedou k dosažení klidu. Zahrnují pohřížení (dhjána), vytržení (samápatti) a soustředění (samádhi).

Ke 40 cvičením patří: 10 cvičení kasina, přemítání o 10 odporných předmětech (ašubha), desatero rozjímání (anussati), 4 brahmavihárý, 4 arúpasamádhi, představa odpornosti potravy a rozbor čtyř prvků (dhátu vavatthána). (LVM)

bhavanga (bhava-anga): je v kanonických dílech dvakrát nebo třikrát zmíněna v Patthánĕ, a v komentářích Abhidhammy je vysvětlována jako základ nebo podmínka (kárana) existence (bhava), jako sine qua non života, mající povahu procesu, dosl. toku nebo proudu (sota). V něm jsou od nepaměti všechny dojmy a prožitky jakoby uloženy, nebo lépe řečeno fungují, ale jako takové jsou skryty plnému vědomí, odkud se však občas vynořují jako podvědomé jevy a přibližují se k prahu plného vědomí nebo jej překračují a stávají se plně vědomými. Tento takzvaný "podvědomý životní proud" neboli spodní proud života je tím, čím lze vysvětlit schopnost paměti, paranormální psychické jevy, duševní a fyzický růst, karmu a znovuzrození atd. Alternativně lze použít výraz "životní kontinuum". ---

bhavanga sóta (bhavangasota) a bhavanga-čitta (bhavangačitta): první pojem může být pracovně překládán jako ‚spodní proud tvořící podmínku existence‘, druhý jako ‚podvědomí‘. Jak ale bude zřejmé z následujícího, pojem ‚podvědomí‘ zde má v několika ohledech jiný význam než v západní psychologii. Bhavanga (bhava-anga), zmiňovaná v rámci kanonické literatury dvakrát či třikrát v Patthánĕ, je vysvětlena v komentářích abhidhammy jako základna nebo podmínka (kárana) existence (bhava), bez které není život a která má povahu procesu či doslova proudu (sóta). Zde jsou od nepaměti hromaděny všechny vjemy a zkušenosti nebo, lépe řečeno, zde působí. Plnému vědomí zůstávají skryté, ale příležitostně se vynoří jako podvědomé jevy a překročí práh plného vědomí nebo se tímto překročením stanou zcela uvědomované. Pomocí tohoto tzv. ‚podvědomého proudu života‘ mohou být vysvětleny schopnost paměti, paranormální psychické jevy, mentální a fyzický růst, karma a znovuzrozování atd. Dalším alternativním překladem je ‚životní kontinuum‘.

Je třeba poznamenat, že bhavanga-čitta je stav vědomí vzniklý v důsledku karmy (vipáka) a že v případech lidského zrození a zrození ve vyšších formách existence je to vždy důsledek dobré či prospěšné karmy (kusala-kamma-vipáka), ačkoli s různým stupněm účinnosti (patisandhi). To samé platí o ‚vědomí znovuzrození‘ (patisandhi) a ‚vědomí smrti‘ (čuti), které jsou jen zvláštními projevy podvědomí. Ve Vism. XIV se uvádí:

„Jakmile ‚vědomí znovuzrození‘ (v zárodku v okamžiku početí) zaniklo, vyvstane podobné podvědomí, které má přesně tentýž předmět, následuje bezprostředně po ‚vědomí znovuzrození‘ a je důsledkem té či oné karmy (tj. volního jednání učiněného v předchozím životě, které je předmětem vzpomínky v okamžiku před smrtí). A pak znovu vyvstane další podobný stav podvědomí. A dokud nevyvstane jiné vědomí, které přeruší ‚kontinuum proudu života‘, bude tento životní proud, jako tok či řeka, vyvstávat znovu a znovu stejným způsobem, i během bezesného spánku a jindy. Tímto způsobem je třeba chápat neustálé vyvstávání oněch stavů vědomí v proudu života.“

(Nyanatiloka: Buddhistický slovník)

bhavágra (pálijský bhavagga) - nejvzdálenější konec světa. nejvyšší bod vesmíru, existence; hranice bytí; často místně, ale i přeneseně.

bhúmi: dosl. „země"; deset stupňů, jimiž musí projít bódhisattva, než dosáhne buddhovství. Jednotlivé stupně nejsou v textech popsány zcela jednotně; následující výklad je založen na Dašabhúmikasútře a Bódhisattvabhúmi.

Uvedených deset stupňů tvoří:

1. pramuditabhúmi (země radosti): na tomto stupni naplňuje bódhisattvu radost z toho, že nastoupil cestu k buddhovství. Pojal myšlenku na osvícení (bódhičitta) a složil bódhisattvovský slib. Obzvláště pěstuje ctnost štědrosti (dána), je oproštěný od sobeckých myšlenek a touhy po karmických zásluhách. Zde bódhisattva poznává prázdnotu já a všech dharm.
2. vimalábhúmi (země čistoty): zde bódhisattva zdokonaluje svou mravnost (šíla) a je prostý všech poklesků. Provozuje dhjánu a samádhi.
3. prabhákáríbhúmi (zářivá země): bódhisattva prohlédne pomíjivost (anitja) bytí a rozvíjí si ctnost trpělivosti (kšánti) při snášení těžkostí a při aktivní pomoci všem bytostem na cestě k vysvobození. Odstřihl tři kořeny zla (akušala), chtivost, nenávist a klam. Dosažení tohoto stupně je možné prostřednictvím desíti vlastností, jež jsou označovány jako „dbalost pevného záměru" a zahrnují mj. pevnost, znechucení světským životem a bezvášnivost. Bódhisattva uskutečňuje čtyři pohřížení, čtyři arúpasamádhi a dosahuje prvních pěti z šestice nadpřirozených sil (abhidžňá).
4. arašmatíbhúmi (planoucí země): bódhisattva „spaluje" zbývající mylné představy a rozvíjí moudrost. Cvičí se v rozhodnosti (vírja) a zdokonaluje 37 věcí nezbytných k osvícení (bódhipákšikadharma).
5. sudurdžajábhúmi (přetěžce zdolatelná země): na tomto stupni se bódhisattva pohrouží do meditace (dhjána), aby intuitivně postihl pravdu. Takto pochopí čtyři ušlechtilé pravdy a dvojí pravdu. Vypudil pochybnost a nejistotu a ví, co je cesta a co jí není. Pracuje dál na zdokonalení 37 věcí nezbytných k osvícení.
6. abhimukhíbhúmi (země ležící na dohled moudrosti): na tomto stupni bódhisattva poznává, že všechny dharmy jsou bez jakýchkoli znaků, počátku, rozmanitosti a

rozlišení na bytí a nebytí. Získává vhled do závislého vznikání (pratítjasamutpáda) a v dovršení moudrosti (pradžňá) transcenduje rozlišující myšlení a pochopuje prázdnotu (šúnjatá). Když dospěje do této země, kde pochopením prázdnoty a zdokonalením moudrosti dosáhne probuzení (bódhi), bódhisattva by mohl navždy vyvanout (pratišthitanirvána). Ze soucitu se všemi živými bytostmi však vstupuje pouze do tzv. neustálené nirvány (apratišthitanirvána), v níž je oproštěn od všech sansárových tlaků, ale přebývá dál na tomto světě.

7. dúrangamábhúmi (daleko sahající země): když se zde bódhisattva ocitne, nabývá znalosti a zručnosti v prostředcích (upája), což mu umožňuje vést každou bytost v souladu s jejími možnostmi na cestě k vysvobození. Tento stupeň tvoří přechod k jinému způsobu existence, stavu transcendentního bódhisattvy, který se dokáže projevit v každé myslitelné podobě. Poté, co projde tímto stupněm, již není možný jeho návrat do nižších forem bytí.
8. ačalábhúmi (nehybná země): na tomto stupni bódhisattvu již nic neznepokojuje a dostává se mu zde proroctví, kdy a kde dosáhne buddhovství. Získává schopnost přenášet své zásluhy na jiné bytosti a vzdává se hromadění dalších karmických pokladů.
9. sádhumatíbhúmi (země vyplněná ctnostnými myšlenkami): moudrost bódhisattvy je dovršená, získal deset schopností (dašabala), šest nadpřirozených sil (abhidžňá), čtyři jistoty, osmero osvobození, dháraní. Zná podstatu všech dharm a vykládá učení.
10. dharmaméghábhúmi (země oblaku učení): zde se uskutečňuje veškeré vědění a nezměrné ctnosti. Plně je utvořené bódhisattvovo tělo dharmy (trikája). Sedí na lotosu v nebi Tušita, obklopený nesčetnými bódhisattvy. Všichni buddhové se stanou svědky jeho buddhovství. Tento stupeň je známý rovněž pod jménem abhišékabhúmi. K bódhisattvům na tomto stupni patří např. -Maitréja a Maňdžušrí. (LVM)

Doporučuji k tématu heslo abhimukhí z Malého mystického slovníku naučného od Květoslava Minaříka, kde tento postup vysvětluje z hlediska vlastní praxe. (poznámka JH)

bhútakoti: tibetsky: yang dag pa'i mtha'; čínsky: š'-ťi (shiji); japonsky: jissai. V sanskrtu doslova "konec", "hranice" nebo snad "okraj" či "vrchol" (koti) "skutečnosti" (bhúta); "vrcholný zážitek" či "konečný stav", který se uskutečňuje v prožitku absolutna (paramártha). O buddhovi i arhatovi se říká, že přebývají v bhútakoti, což je v tomto kontextu synonymum pro absolutní pravdu (paramárthasatja). Dazhidu Lun (Mahápradžňápáramitášástra) tento pojem glosuje následovně: "V termínu bhútakoti se "skutečné" (bhúta) vztahuje k dharmata; protože je realizováno, nazývá se "konec" (koti)." Zatímco dharmata jako "povaha skutečnosti" se používá zaměnitelně s "věcmi, jaké jsou" (tathata, jathábhúta), aby se označila povaha skutečnosti jako takové, bhútakoti se objevuje spolu s nirvánou, aby se naznačil "vrcholný zážitek" nebo "konečný stav", kterého se dosáhne při realizaci této povahy skutečnosti. Komentářová tradice Abhisamajálankára rovněž popisuje bhútakoti jako hranici, kterou musí bódhisattvové překročit. V těchto souvislostech je bhútakoti ekvivalentem částečné nirvány arhata, do níž se bódhisattvové musí vyhnout pádu, a představuje tedy krajní mez klidu.

Bódhisattvové tuto "hranici reality" nakonec překročí, když dosáhnou stavu plného osvícení. (The Princeton Dictionary of Buddhism)

bódhi: dosl.: „procitnutí, probuzení". Bódhi původně znamená dovršení čtyř stupňů nadzemské cesty (árjamárga) a lze jí dosáhnout zdokonalením 37 věcí náležejících k osvícení (bódhipákšika-dharma) a odstraněním nevědomosti (avidjá), tj. uskutečněním čtyř ušlechtilých pravd. - V hínajáně je bódhi ztotožňována s dokonalým pochopením a uplatněním čtyř ušlechtilých pravd, což znamená odstranění strasti. Rozlišují se zde tři stupně probuzení: vznešeného učedníka (šrávaka), jednotlivě probuzeného (pratjékabuddha) a buddhy (samjaksambuddha), jež je často srovnáváno s vševědoucností (sarvadžňatá) a označováno jako mahábódhi (velké probuzení). – V mahájáně je naproti tomu bódhi chápána jako jednota nirvány a sansáry, jakož i subjektu a objektu, založená na moudrosti. Je označována jako uskutečnění pradžni, zření vlastní, bytostné buddhovské přirozenosti či buddhovské povahy (buššó), pochopení základní prázdnoty světa (šúnjatá), stejně jako vševědoucnost a poznání „takovosti" (tathatá). Mahájána rovněž rozeznává tři druhy bódhi: probuzení pro sebe sama (tj. osvícení arhata), vysvobození pro druhé (tj. osvícení bódhisattvy) a dokonalé osvícení buddhy. - Jednotlivé mahájánské školy tento pojem vysvětlují v souladu a vlastním pojetím nauky různě. (LVM)

bódhičitta: dosl. „duch probuzení"; úsilí či vznik snahy o probuzení, jedna z ústředních myšlenek buddhismu -mahájány. Podle tibetské tradice se vyskytuje ve dvou podobách - jako počáteční a konečný. Počáteční duch probuzení se opět rozpadá do dvou fází: 1. z nekonečného soucitu zrozený záměr a přání získat vysvobození (-nirvána) pro blaho všech bytostí; 2. ponor do vlastního rozjímání, jehož cílem je zvládnutí přiměřeného prostředku, jak toto přání uvést ve skutek (bódhisattva).

Konečný duch probuzení je chápán jako postižení pravé povahy (šúnjatá) jevů. Rozličné metody k jeho vyvolání pocházejí od Atíši a prostřednictvím jeho učitelské tradice se dostaly i do ostatních škol tibetského buddhismu.

Na rozdíl od tohoto pojetí se v systémech tantry rozvinula představa ducha probuzení jako konkrétní fyziologické entity. Je zde chápán jako „zárodečná podstata" a jeho cílená sublimace vede k osvícení, jež lze zakusit přímo na těle. (LVM)

bodždžhanga: ‚člen probuzení' (či ‚faktor probuzení'). Sedm členů probuzení (satta-sambodždžhanga) tvoří: sati, rozeznávání jevů (dhamma-vičaja-sambodždžhanga), energie (úsilí, vůle) (virijasambodždžhanga; virija, padhána), nadšení (radost) (píti-sambodždžhanga), klid (passaddhi-sambodždžhanga), soustředění (samádhi-sambodždžhanga) a vyrovnanost (upekkhá-sambodždžhanga). „Protože vedou k probuzení, nazývají se ‚členy probuzení'" (S. XLVI, 5) …

V A. X, 102 se o sedmi členech říká, že jsou prostředkem k dosažení trojího vědění (té-vidždžá). Lze jich dosáhnout prostřednictvím čtyř podkladů sati (satipatthána), jak je řečeno v S. XLVI, 1 a vysvětleno v M. 118:

1. „Mniši, když mnich spočívá v nahlížení těla (kája), pociťování (védaná), mysli (čitta) a předmětů mysli (dhammá) − vytrvale, s jasnou myslí a pozorně, poté co překonal světskou chtivost a zármutek − v té době je jeho sati přítomná a neporušená. V době, kdy je jeho sati přítomná a neporušená, získává a rozvíjí sati jakožto člen probuzení (sati-sambodždžhanga), který je takto dále rozvíjen do úplné dokonalosti.“
2. „Když takto pozorně spočívá, moudře rozeznává a zkoumá jevy … v té době získává a rozvíjí rozeznávání jevů jakožto člen probuzení (dhamma-vičajasambodždžhanga)…“
3. „Když takto moudře rozeznává a zkoumá jevy, jeho úsilí je pevné a neochvějné … v té době získává a rozvíjí úsilí jakožto člen probuzení (virijasambodždžhanga)…“
4. „Když je jeho úsilí takto pevné, vyvstane v něm nadsmyslná radost … v té době získává a rozvíjí nadšení jakožto člen probuzení (píti-sambodždžhanga)…“
5. „Když je mysl nadšená, jeho tělo a mysl se zklidní… v té době získává a rozvíjí klid jakožto člen probuzení (passaddhi-sambodždžhanga)…“
6. „Když jsou jeho tělo a mysl zklidněné, jeho mysl se soustředí … v té době získává a rozvíjí soustředění jakožto člen probuzení (samádhisambodždžhanga)…“
7. „Když takto soustředěný sleduje zcela vyrovnaně svou mysl … v té době získává a rozvíjí vyrovnanost jakožto člen probuzení (upekkhá-sambodždžhanga)…“

Podle: BS

Brahmadžálasútra: V théravádě je Brahmadžála sútra první z 34 sutt v Dígha Nikája (Dlouhé Buddhovy řeči). Název pochází z brahma (dokonalá moudrost) a džala (síť, která zahrnuje všechny názory). Sutta se také nazývá Atthadžala (Síť podstaty), Dhammadžala, (Síť Dhammy), Ditthidžala (Síť názorů), Anuttarasangama Vidžaja (Nesrovnatelné vítězství v boji). - V mahájáně je Brahmadžála sútra (Pojednání o síti Brahmy) sanskrtský název textu mahájánového buddhistického kánonu, který není příbuzný Brahmadžála suttě z théravádového buddhistického pálijského kánonu. Tato sútra představuje Buddhu Vairóčana a jeho vztah k Buddhovi Šákjamunimu a uvádí 10 hlavních přikázání pro bódhisattvy a 48 menších přikázání, kterými by se měl člověk řídit, aby pokročil na stezce.

brahmavihára: „setrvání v absolutnu“, meditační stav, při němž adept v sobě probouzí duchovní vztahové postoje, které zaměřuje do čtyř světových stran. Tyto vztahové postoje jsou nezměrná přátelská něha (maitrí, mettá, mettí) vůči všem bytostem, nezměrný slitovný soucit (karuna) vůči všem trpícím, nezměrná upřímná radost (muditá) ze zániku strastí ostatních bytostí a nezměrný rovnodušný nezájem (upékša, upekkhá) vůči přátelům i nepřátelům. Rozvinutím těchto duchovních postojů zkrotí svou případnou zlovolnost, nespokojenost a chtivost. V mahájáně jsou brahmaviháry součástí dokonalosti poznání (pradžňápáramita) jsou to nezbytné duchovní předpoklady bódhisattvy, aby mohl vést ostatní bytosti ke spáse. Brahmaviháry jsou známy též pojmenováním „nezměrné“ (apramána, appamána). (V. Miltner: Malá encyklopedie buddhismu)

> „Tu, mniši, prostupuje mnich myslí naplněnou dobrotivostí nejprve jeden směr, pak druhý, pak třetí, pak čtvrtý, právě tak nahoru, jako dolů a všechno kolem. Všude se ztotožňuje se vším a prostupuje celý svět myslí plnou dobrotivosti, myslí širou, rozvinutou, neohraničenou, prostou nenávisti a zlovůle.“

Poté následuje tentýž postup se soucitem, sdílenou radostí a vyrovnaností.

buddhánussati viz anussati

Buddhávatansakasútra, (celým názvem Mahávaipuljabuddhávatansakasútra), zkr. *Avatansakasútra*, sanskrt (čínsky Ta-fang-kuang-fo-chua-jen-ťing, zkr. Chua-jen-ťing, jap. Kegon kjó) dosl.: „Sútra o Buddhově girlandě“; mahájánová sútra, která tvoří základ učení čínské školy Chua-jen (a jejího japonského protějšku, školy Kegon), jež zdůrazňuje „vzájemné neomezené pronikání“ všech jevů. Kromě toho učí, že lidský duch je vesmír sám a je identický s Buddhou, dokonce, že Buddha, duch a všechny bytosti a věci jsou jedno a totéž. Na tento aspekt mahájánového učení kladl důraz zejména čínský čchan (japonsky zen), proto je Avatansakasútra zde také často citována.

Buddhávatansakasútra patří k Vaipuljasútrám, je to tedy sbírka více jednotlivých spisů, z nichž nejdelší Gandavhúja; další důležitou částí je Dašabhúmika. Sútra existuje pouze v čínském a tibetském překladu; nejstarší čínský exemplář pochází z 5. stol, od Buddhabhadry. Učení zde zachycené není zvěstováno Buddhou Šákjamunim; ten většinou mlčí. Je spíše projevem dharmakájového aspektu všech buddhů. Buddhovo mlčení vyjadřuje prázdnotu (šúnjatá) a zvěstování učení je z mlčení zrozenou a lidskými smysly uchopitelnou jevovou formou reálné pravdy. (LVM)

C

Cesta žáků: Šrávakajána, také cesta nebo vozidlo posluchačů. Cílem je arhatství a bývá ztotožňována s hínajánou.

Č

čétasika: ‚mentální faktory' či ‚faktory mysli', jsou ty mentální jevy, které jsou svázány se zároveň vznikajícím vědomím (čitta = viňňána) a jsou podmíněné jeho přítomností. Zatímco v suttách jsou všechny existující jevy shrnuty do pěti skupin (tělesnost, pociťování, vnímání, mentální formace a vědomí (khandha), abhidhamma je obvykle rozděluje více filosoficky do třech oblastí: vědomí, mentální faktory a tělesnost (čitta, čétasika, rúpa).

Z tohoto hlediska pak mentální faktory (čétasika) zahrnují pociťování, vnímání a padesát mentálních formací, dohromady tedy padesát dva mentálních jevů, z nichž má dvacet pět faktorů ušlechtilou kvalitu (buď jsou karmicky prospěšné, nebo neutrální), čtrnáct je karmicky neprospěšných a třináct je samo o sobě karmicky neutrálních, přičemž jejich výsledná kvalita závisí na spojení s prospěšným, neprospěšným a neutrálním vědomím. (BS)

Čatuhšataka („Čtyřstovka"): vysvětluje ve 400 strofách s pomocí negativní dialektiky učení o bezpodstatnosti (anátman, šúnjatá). Šatašástra („Pojednání o sto částech") měla velký vliv na vývoj buddhismu. V této práci se Árjadéva pokusil vyvrátit různé filosofické teorie nepřátelské buddhismu. Představuje jeden ze základních textů školy San-lun („Školy tří pojednání") čínské mádhjamaky. (LVM)

Čistá země (čínsky ťing-tchu, jap. džó-do): v mahájáně jsou známy „čisté země" (také Buddhovy země nebo Buddhovy ráje), nad nimiž právě panuje jeden Buddha. Protože v mahájáně se připouští nekonečně mnoho buddhů, existuje také nekonečně mnoho „čistých zemí". Nejdůležitější je Sukhávatí, čistá země Západu či Západní ráj, nad nímž panuje buddha Amitábha. Východní ráj je čistá země buddhy Bhaišadžjaguru („Učitel léčivých prostředků"); také ráj Abhirati buddhy Akšóbhji leží na východě. Na jihu se nalézá ráj buddhy Ratnakétu, na severu buddhy Dundubhíšvary. Další čistá země byla vytvořena budoucím buddhou Maitréjou, který v současnosti ještě pobývá v nebi Tušita.

Tyto „čisté země" jsou transcendentní povahy. Jsou nadějí věřících, kteří se tam chtějí znovu narodit. Přitom rozhodující roli nehraje jejich dobrá karma, nýbrž pomoc příslušného buddhy, jenž přislíbil každému, kdo se k němu v důvěře obrátil, být nápomocen jeho znovuzrození v jeho čisté zemi. V lidovém náboženství byly tyto ráje pokládány za geograficky lokalizovatelná místa blaženosti, zatímco vlastně představovaly aspekty osvíceného vědomí a světové strany

měly ikonografický význam. Čisté země však nejsou poslední stanicí na cestě, nýbrž pouze předstupněm k nirváně, jež byla realizována následným znovuzrozením. V čisté zemi není ovšem možný pád zpět. (LVM).

Čittamátra: doslovně „jen mysl“; názor, že ve vesmíru není nic jiného než mysl, a že hmota, věci a jevy existují jen v myšlenkách. Je to základní koncepce Lankávatárasútry. (MEB).

Čúlapanthaka, Čúdapanthaka: Významný arahant, prohlášený za vůdce mezi mnichy, který umí vytvářet formy silou mysli a mentálně se rozvíjet (čittavivatta) (A.i.23). Byl mladším synem dcery bohatého obchodníka z Radžagahy, která navázala důvěrný vztah s otrokem a utekla s ním, když bylo odhaleno její nevhodné chování. Přála si vrátit se k rodičům kvůli narození prvního dítěte, ale její manžel návštěvu vždy odkládal, až nakonec odešla bez jeho vědomí. Následoval ji, ale dítě se narodilo u cesty, a proto mu říkali Panthaka. Totéž se stalo při narození druhého dítěte, a to také dostalo jméno Panthaka, on byl Čúlapanthaka a jeho bratr Mahapanthaka. Když chlapci vyrostli, odvezli je do Radžaghy, kde se jich ujali prarodiče. Mahapanthaka často doprovázel svého dědečka, aby slyšel Buddhovo kázání, a toužil se stát mnichem. Snadno získal povolení a vstoupil do řádu a časem se stal arahantem. Se souhlasem prarodičů vysvětil Čúlapanthaku, ale ten se ukázal jako tupec a během čtyř měsíců se nedokázal naučit jedinou strofu. Říká se, že v době Buddhy Kassapy byl Čúlapanthaka chytrý mnich, který se jednou vysmál tupému kolegovi, jenž se snažil naučit nějakou pasáž zpaměti.

Když Mahapanthaka zjistil bratrovu hloupost, požádal ho, aby opustil řád (viz DhA.iv.190f), ale Čúlapanthaka tak miloval Buddhovo učení, že se nechtěl vrátit ke světskému životu. Jednoho dne si Džívaka Komarabhačča přál dát Buddhovi a mnichům almužnu a požádal Mahapanthaku, který vykonával funkci správce, aby shromáždil všechny mnichy v klášteře. Ten tak učinil, vynechal pouze Čúlapanthaku, který podle jeho slov neudělal v učení žádný pokrok. Velmi zarmoucený Čúlapanthaka se rozhodl opustit řád, ale když odcházel, potkal ho Buddha, vzal ho do Gandhakuti, utěšil ho a dal mu čistý kus látky. „Posaď se tváří k východu“, řekl Buddha, opakuj slova *rádžoha ranam* a utři si tvář látkou. Když Čúlapanthaka plnil tyto příkazy, všiml si, že se látka ušpinila, a když soustředil svou mysl na pomíjivost všech věcí, Buddha mu vyslal paprsek světla a nabádal ho, že je třeba zbavit se nečistot chtíče a jiných špatností. Na konci napomenutí dosáhl Čúlapanthaka arahantství se čtyřmi *patisambhida*, které zahrnovaly znalost všech Pitak.

Traduje se, že Čúlapanthaka byl kdysi králem a že když šel v průvodu kolem svého města, otřel si pot z čela neposkvrněným oděvem, který měl na sobě, a všiml si, jak je látka potřísněná. Jeho mysl pak pochopila myšlenku pomíjivosti, a proto tak snadno učinil ve svém posledním zrození.

D

dassaná: božský zrak, vytvořený soustředěním mysli na světlo. (A. IV, 41). (Nyanatiloka: Buddhistický slovník)

déva: dosl.: „zářící“, „nebeské bytosti" či „bohové", označení obyvatel jednoho z „dobrých" způsobů existence (gati), kteří žijí v blažených sférách, v „nebi", ale podobně jako všechny ostatní bytosti podléhají koloběhu znovuzrozování. Bohům je přisouzen velice dlouhý šťastný život jako odměna za minulé dobré skutky. Avšak právě toto štěstí představuje hlavní překážku na jejich cestě k vysvobození, protože kvůli němu nemohou poznat pravdu o strasti (čtyři ušlechtilé pravdy).

Buddhismus rozeznává 28 božských oblastí, z toho 6 ve sféře žádostivosti (kámalóka, kámadhátu), 18 ve sféře žádosti-prosté tělesnosti (rúpalóka, rúpadhátu, též oblast „čisté formy“) a 4 ve sféře netělesnosti (arúpalóka, arúpadhátu, též oblast beztvarosti).

Ve sféře žádostivosti žijí: 1. čtyři nebeští králové, kteří jsou strážci čtyř světových stran a přebývají na svazích hory Méru; 2. skupina 33 bohů, kteří sídlí na vrcholku Méru a byli i se svým vůdcem Šakrou (též Indra) převzati bezprostředně z bráhmanismu; 3. jámové či sujámové, kteří se nacházejí ve stavu trvalého štěstí; 4. „tiše spokojení bohové" (Tušita); 5. bohové, kteří se radují z kouzelných výtvorů; 6. svémocní bohové, jejichž vládcem je Mára. Do sféry žádostiprosté tělesnosti patří bohové, kteří sídlí ve čtyřech dhjánových nebesích, kam se dostali díky praktikování čtyř dhján, a kteří jsou mužní a prostí pohlavní žádosti, ale ještě vlastní viditelné tělo. Na nejnižším stupni se nachází Brahma.

Bohové ve sféře netělesnosti jsou pohrouženi v rozjímání o čtyřech arúpasamádhi. (LVM)

…

déva (deva): (doslovně ‚zářící‘, vztah k latinskému deus). Dévové, nebeské bytosti či božstva jsou bytosti žijící v šťastných světech, obvykle neviditelné lidským okem. Podléhají ale podobně jako lidé či jiné bytosti stále se opakujícímu znovuzrozování, stárnutí a smrti, a nejsou tudíž osvobozeny z koloběhu existence a utrpení. Existuje mnoho tříd nebeských bytostí:

I. Šest tříd nebeských bytostí smyslové oblasti (kámávačara či káma-lóka; avačara, lóka): Čátummahárádžika-déva, Távatimsa, Jama, Tusita (bódhisatta), Nimmána-rati a Paranimmita-vasavatti.
II. Nebeské bytosti jemnohmotné oblasti (rúpávačara či rúpa-lóka): 1. Brahma-párisadždža, Brahma-puróhita, Mahá-brahmána (Brahma-kájika-déva). V těchto oblastech se zrodí ti, kteří prožili slabě, středně či plně první
III. pohroužení. - 2. Parittábha, Appamánábha, Subha-kinna (či - kinha). V těchto oblastech se zrodí ti, kteří prožili druhé pohroužení. - 3. Paritta-subha, Appamána-subha, Ábhassara. V těchto oblastech se zrodí ti, kteří prožili třetí pohroužení. - 4. Véhapphala,

Asaňňa-satta, Suddhávása (anágámí). V prvních dvou oblastech se zrodí ti, kteří prožili čtvrté pohroužení, ve třetí však pouze anágámí.

IV. Čtyři třídy nebeských bytostí nehmotné oblasti (arúpávačara či arúpa-lóka): nebeské bytosti oblasti nekonečného prostoru (ákásánaňčájatanúpaga-déva), nebeské bytosti oblasti nekonečného vědomí (viňňánaňčájatanúpaga-déva), nebeské bytosti oblasti nicoty (akiňčaňňájatanúpaga-déva), nebeské bytosti oblasti ani-vnímání-ani-nevnímání (névasaňňá-násaňňájatanúpaga-déva). Zde se zrodí ti, kteří prožili čtyři nehmotné oblasti.

(BS)

dhammánussati: ‚rozjímání o dhammě', je jedním z deseti rozjímání (anussati). Anussati: ‚rozjímání', meditace, zpřítomňování si, uvažování, kontemplace, upamatovávání se. V suttách (například A. VII, 10, 25; D. 33) je často uváděno šest následujících rozjímání: 1. rozjímání o Buddhovi (buddhánussati), 2. rozjímání o dhammě (dhammánussati), 3. rozjímání o společenství ušlechtilých žáků (sanghánussati), 4. rozjímání o etice (sílánussati), 5. rozjímání o štědrosti (čágánussati) a 6. rozjímání o nebeských bytostech (dévatánussati). - V A. I, 21 (PTS: I, xvi) a A. I, 27 (PTS: xx. 2) se uvádějí další čtyři meditace (anussati): meditace smrti (marana-sati), sledování částí těla (kájagatá-sati), sledování nádechu a výdechu (ánápána-sati) a rozjímání o klidu a míru (nibbány) (upasamánussati). - Prvních šest rozjímání je podrobně vysvětleno ve Vism. VII, další čtyři ve Vism. VIII. (Podle BS).

dharmatá: doslovně „věcnost", prapodstata, kořen všech věcí a jevů (dharma, dhamma); je to vlastně synonymum filozofické kategorie prázdnoty (šúnjata, suňňata). (MEB).

dhjána (pálijsky **džhána**): meditace, ponoření. Obecně každý stav pohřížení ducha, vyvolaný soustředěním (samádhi), jehož lze dosáhnout tím, že soustředěná pozornost ustavičně prodlévá u tělesného či myšlenkového předmětu rozjímání a duch přitom prochází různými stupni, v nichž pozvolna slábnou proudy žádostí. Zvláště dhjána označuje odstraněním pěti zábran (nívarana) podmíněné čtyři stupně pohřížení ve sféře jemné tělesnosti (rúpadhátu), jež umožňují dosažení nadpřirozených sil (abhidžňá) a nejvyššího poznání, neboť připravují cestu k pochopení předchozích zrození, vznikání a zanikání bytostí a mizení poskvrn (ásrava), což znamená vysvobození. Kromě toho provádění čtyř dhján vede ke znovuzrození v odpovídajících dhjánových nebeských světech.

První stupeň pohřížení se vyznačuje odstraněním žádosti a neblahých vlivů (akušala) a lze ho dosáhnout přemýšlením (vitarka) a rozvažováním (vičára); na tomto stupni panuje radost (príti) a blaženost (sukha). - Pro druhý stupeň je příznačné ztišení přemýšlení a rozvažování, stejně jako získání vnitřního zklidnění a tzv. vyhrocení ducha, jímž je míněno soustředění na předmět rozjímání. Člověk prodlévá v radosti a blaženosti. - Na třetím stupni mizí radost a dostavuje se vyrovnanost (upékšá); člověk je bdělý, vědomý a pociťuje blaho. - Na čtvrtém stupni setrvá adept již jen ve vyrovnanosti a bdělosti.

V čínském buddhismu se pojmu dhjána používá v podstatně širším smyslu: zahrnuje všechna meditační cvičení jako je ánápánasati, cvičení kasina, kájagatásati (rozjímání o těle) a podobné techniky, jež mají za cíl soustředění či vyhrocení ducha. Zahrnuje rovněž všechna přípravná cvičení, nezbytná pro dhjánu v prvním významu. Z dhjánového buddhismu, který mj. do Číny přinesl indický mistr Bódhidharma, se tam vyvinul čchan (zen). (PDB)

Dignága, též **Dinnága**: asi 480-540; vyznavač jógáčáry, který v této škole rozvinul logicko-gnozeologický směr. Většina jeho prací, jež se dochovaly jen v čínském nebo tibetském překladu, pojednává o tématech logiky. Nejvýznamnější je Pramánasamuččaja („Přehled prostředků pravého poznání"), jež se stalo hlavním dílem nového směru. Kromě toho Dignága sepsal důležitý komentář k Abhidharmakóša. - Jeho nejvýznačnějším žákem byl Dharmakírti. - Dignága, který se dlouho zdržoval v klášterní univerzitě v Nálandě, se opírá o idealistické učení jógáčáry. Uznává dva „zkušební kameny“ poznání, přímé vnímání a odvozování. Jeho analýzu odvozování v jeho rozličných podobách a s ohledem na vztahy, jež existují mezi jednotlivými články, dále rozvinul Dharmakírti. *(LVM*)

Džambudvípa, Džambudipa: světadíl (dvípa) na jih od posvátné hory Méru, Země růžových jabloní, totiž Indie; má tvar trojúhelníka. „Až se mezi lidmi opět upevní držmo dharma) a zarazí se rozvoj obecného úpadku, lidé začnou být hezčí a jejich věk se bude prodlužovat. Hlavním městem Země růžových jabloní bude Váránasí, ale bude se jmenovat Kétumatí, Město skvělých korouhví. Panovat tam bude král Šankha (Sankha). Pokud ten zachová ušlechtilý rád (árjadharma, arijadhamma), na nebi opět vyjde kolesový klenot (čakraratna, čakkaratana). Aby blaho lidstva bylo dovršeno, na světě se zrodí příští buddha Maitréja (Mettejja), který bude hlásat nauku a bude mít ještě víc učedníků než Buddha sám“, tak se praví v Díghanikáje. Viz také – čakraváda, čakkavála: svět, kterýkoli z mnoha, jež tvoří vesmír; jsou všechny stejné. Základem světa je plochý kruh, v jehož středu se tyčí hora Méru. Na jih od této hory je ostrov zvaný Džambudvípa, Země růžových jabloní, což je Indie; má tvar trojúhelníka. Na západě se rozkládá okrouhlá Aparagódána (Aparagójána), na severu Uttarakuru, jež je čtvercové, a na východě Púrvavidéha (Pubbavidéha), která má tvar půlměsíce. Kolem dokola je širý oceán. (MEB)

džhána viz dhjána

džátaka (čínsky pen-šeng-ťing): dosl. "příběh(y) o narozeních"; součást Khuddakanikáji. 547 džátak tvoří nejrozsáhlejší část Sútrapitaky. Tyto příběhy o zrozeních vyprávějí o dřívějších životech Buddhy, jeho stoupenců a protivníků a ukazují, jak jednání v průběhu předchozího života ovlivňuje v souladu se zákonem karmy budoucí existenci.

Za nejdůležitější součást každé džátaky jsou považovány verše, které obsahují mravní naučení celého příběhu. Přísně vzato, jen ony tvoří kanonický text džátak. Džátaky, které inspirovaly řadu uměleckých vyobrazení, především v podobě reliéfů na stúpách a pagodách, se v buddhistických zemích jihovýchodní Asie těší mezi laiky značné oblibě. - Kromě pálijského znění se džátaky zachovaly i v čínském překladu, založeném na ztracené sanskrtské verzi.

Překlady jednotlivých džátak do evropských jazyků jsou k dispozici v různých antologiích buddhistických mýtů a pohádek.

(Výběr z džátak v překladu Dušana Zbavitele viz Džátaky. Příběhy z minulých životů Buddhy. Praha: DharmaGaia 1992.)

džívita, **džívitindrija**: ‚životní energie‘ (‚vitalita‘ či ‚život‘), může mít buď tělesnou povahu (rúpa-džívitindrija), nebo mentální povahu (náma-džívitindrija). Druhá schopnost je jedním z mentálních faktorů neoddělitelně spjatých s každým vědomím; srov. náma, čétaná, phassa. (BS)

E

ékaggata (v sanskrtu: **ékágrata**): bystrost ducha, naprosté soustředění mysli na jeden jediný předmět, ať konkrétní nebo abstraktní. (MEB)

ekarasa: označuje "jednu chuť" (tj, "chuť osvobození"), podle Gaganagaňdžapariprččha: osmé kapitoly Mahásannipáty (sbírky mahájánových buddhistických súter):

> "[...] Stejně jako je velký oceán jediné chuti (ekarasa), tak je i dharma bódhisattvy jediné chuti, neboť zná chuť osvobození. Tak jako je [příliv] velkého oceánu přesný, tak se bódhisattva nikdy neopozdí na místo probuzení, neboť zkoumá, kdy je správný a kdy špatný čas. Tak jako velký oceán rozkládá hnijící mrtvolu, tak bódhisattva rozkládá jakýkoli navyklý vzorec neřestí nebo jakékoli myšlenky na žáky a izolované buddhy".

G

Ghanavjúhasútra. Tato sútra, která se dochovala pouze v čínských a tibetských překladech a jejímž ústředním tématem je návštěva Buddhy Šákjamuniho v čisté zemi Buddhy Vairóčany, je důležitým zdrojem pro jógáčárové pojetí tří přirozeností, tathágatagarbhy a álajavidžňány. Tyto dva poslední pojmy jsou v textu často považovány za synonyma, zejména v čisté podobě, zatímco v nečisté podobě je álajavidžňána označována za zdroj, z něhož vycházejí všechny běžné jevy. Odkaz

H

hadaja-vatthu: ‚srdce jakožto tělesná základna' mentálního života. Podle komentářů i obecné buddhistické tradice tvoří srdce tělesnou základnu vědomí. V kanonických textech ani v Abhidhamma-pitace není ale žádná taková základna nikdy lokalizována, což je skutečnost, kterou patrně poprvé objevil Shwe Zan Aung (Compendium of Philosophy, str. 277 a další). V Patth. nalézáme opakovaně pouze následující pasáž: „Ta hmotná věc, na jejímž základě fungují prvek mysli a prvek mentálního vědomí" (jam rúpam nissája manódhátu ča manóviňňána-dhátu ča vattanti, tam rúpam). (BS)

CH

Chuej-jüan [Huiyuan], 334—416, významný čínský mnich; žák Tao-ana. Zakladatel kultu Amitábhy a Společnosti bílého lotosu (čínsky Paj-lien-še), 1. patriarcha školy Čisté země. K jeho nejdůležitějším dílům patří pojednání o karmě (San-pao-lun), v němž důkladně rozebírá problém zralosti činů (vipáka) a nesmrtelnosti „duše". Pro čínskou sanghu má význam, že Chuej-jüanovou zásluhou byli mniši zbaveni světských povinností vůči panovníkovi. - Chuej-jüan studoval Konfuciovo, Čuang-c'ovo i Lao-c'ovo učení před tím, než přijal v 21 letech od Tao-ana mnišské zasvěcení, a důkladně se zabýval Pradžňápáramitásútrou. Ve své interpretaci díla používal pro lepší pochopení taoistické pojmy. 381 odešel na Lu-šan, kde byl pro něj a jeho stále četnější žáky zřízen klášter. V pohoří Lu-šan také Chuej-jüan prožil zbytek svého života. Během této doby se Lu-šan stal jedním z nejvýznamnějších center buddhismu a vyznačoval se příkladným dodržováním disciplíny. Na Chuej-jüanovo pozvání přišel na Lu-šan kašmírský mnich Sanghadéva a překládal do čínštiny nejdůležitější díla sarvástivády. Po mnoho let si Chuej-jüan dopisoval s Kumáradžívou, přičemž ten mu kladl otázky o dharmakáji Buddhy a rozdílu mezi arhatem a bódhisattvou. - 402 Chuej-jüan shromáždil skupinu 123 přívrženců před obrazem Buddhy Amitábhy. Složili slib, že se znovu narodí v Západním ráji Sukhávatí a založili tradici podle „Společnosti bílého lotosu". Chuej-jüan je tak pokládán za zakladatele

školy Čisté země. Chuej-jüan byl také jeden z prvních čínských mnichů, kteří poznali důležitost praxe dhjány na cestě k osvícení. (LVM)

I

idampratjajata, **idappaččajata**: příčinná podmíněnost a závislá příčinnost všech věcí a jevů, kterou nemůže prozřít a pochopit jedinec, „který lpí na domově, jemuž domov lahodí a jenž to má rád," jak pravil Buddha. (MEB).

iddhi: ‚nadpřirozené síly' či ‚magické schopnosti'. Magické schopnosti představují jeden ze šesti druhů vyšších schopností (abhiňňá). Rozlišuje se mnoho druhů magických schopností: ‚schopnost rozhodnutí' (adhitthána-iddhi), tj. schopnost stávat se mnohými; ‚schopnost přeměny' (vikubbana-iddhi), tj. schopnost brát na sebe různé formy; ‚schopnost tvoření myslí' (manó-majá-iddhi), tj. schopnost nechat vzniknout z tohoto těla jiné mentálně vytvářené tělo; ‚schopnost pronikavého vědění' (ňána-vipphára-iddhi), tj. schopnost přímého poznání, jak zůstat nezraněn v nebezpečí, a ‚schopnost pronikavého soustředění' (samádhi-vipphára-iddhi) přinášející stejný výsledek. Magické schopnosti jsou podrobně rozebrány ve Vism. XII, Pts.M. a Vibh. Nejsou nutnou podmínkou konečného osvobození. ‚Ušlechtilá schopnost' (arija-iddhi) je schopnost ovládat své myšlenky natolik, že je dotyčný schopen uvažovat o neodpudivých věcech jako o odpudivých a o odpudivých věcech jako o neodpudivých a zůstat přitom klidný a zcela vyrovnaný. Ačkoli je toto cvičení mysli v suttách zmiňováno často (například M. 152, A. V, 144), výrazem arija-iddhi je označováno jen jednou (D. 28). Další podrobnosti viz Pts.M. (Iddhi-kathá) a Vism. XII. (BS).

irijá-patha: ‚tělesné pozice', tj. chůze, stání, sezení a ležení. V Satipatthána-suttě jsou meditačním předmětem a podkladem pro rozvíjení sati. V komentáři se uvádí:

> „Když mnich jde, stojí, sedí či leží, tak ví: ‚jdu, stojím, sedím, ležím'. Uvědomuje si všechny tělesné pozice."
>
> „Žák chápe, že neexistuje žádná žijící bytost či skutečné já, které jde, stojí atd., ale že výrazy jako ‚já jdu' či ‚já stojím' apod. jsou pouhými jazykovými vyjádřeními."

(BS).

J

jamaka-pátihárija: ‚dvojitý zázrak‘.

> „Tu provedl Dokonalý dvojitý zázrak, kterého nebyl nikdo z žáků schopen: z horní části jeho těla šlehaly plameny a ze spodní části proudila voda…“

(Pts.M. I, 125 a násl.). Zdrojová poznámka: Tento pojem se objevuje pravděpodobně poprvé v Pts.M. (BS)

Jógáčárabhúmišástra (čínsky Jü-ťia-š'-ti-lun), doslova: „Pojednání o zemích jógáčáry"; základní dílo školy jógáčáry, jež podle tradice pochází od Asangy, kterému je prý vnukl budoucí buddha Maitréja. Podle nejnovějších výzkumů je lze připsat Maitréjanáthovi. Je to jedno z nejrozsáhlejších děl buddhistického písemnictví a představuje souhrn učení jógáčáry. Originál v sanskrtu se dochoval jen ve zlomcích, avšak máme úplné překlady v čínštině a tibetštině.

Dílo je psáno v próze s veršovanými vsuvkami a člení se na pět částí: 1.17 „zemí" (bhúmi), které za pomoci jógáčáry osvětlují pokrok na cestě k osvícení; zde je těžiště celé práce; 2. výklady k těmto „zemím"; 3. vysvětlení těch súter, o něž se opírá učení o jógáčárových zemích; 4. „oddíly", jež jsou obsaženy v oněch sútrách; 5. součásti buddhistického kánonu. Zkrácenou verzi tohoto díla tvoří Árjašásanaprakarana („Důkaz ušlechtilého učení"), jejímž autorem je rovněž Asanga a jež se dochovala ve dvou čínských překladech, z toho jeden od Paramárthy a druhý od Süan-canga. (LVM)

jóganidrá – „jógický spánek“. Termín některých středověkých jógických textů pro hluboký meditační vnor bez kognitivního aspektu. V mytologii je tak nazván Višnuův stav blaženého odpočinku mezi dvěma manifestacemi, kdy spočívá na svém kosmickém hadu Šéšovi, slovy mýtu, sjednocen s bohyní Jóganidrou. (Karel Werner: Encyklopedie hinduismu).

Tzv. jógický spánek, v němž tělo zdánlivě spí, neboť je zcela uvolněno. Jógi je při plném vědomí, neznepokojují jej však myšlenkové hnutí (vrtti), je zbaven všech přání a chtění. (LVM).

Způsob jógického spánku. Když jógin duševním úsilím navodí požadovaný duševní stav, totiž stav vnitřního povznesení nebo mentální extáze, nemá tento stav ztrácet ani ve spánku. To se děje hlubokým vetknutím tohoto stavu do bytosti, tak hluboko, aby sama bytost byla jeho nositelem. Takový stav pak trvá i v údobí spánku. To znamená, že již člověk neosciluje mezi stavem živočišným a extatickým, ale setrvává jen v extatickém stavu. Tímto čtyřiadvacetihodinovým cvičením za den se velmi urychluje postup k realizaci, k vetknutí extatického stavu do bytosti tak, že ona pak bude jeho nositelem, jako je nyní nositelem živočišného stavu. Poměry se tedy obrátí. Kdyby se jógin, setrvávající čtyřiadvacet hodin denně v extatickém stavu, chtěl vrátit do živočišného stavu psychické bytnosti, musel by vyvíjet stejné úsilí, jako když se chtěl propracovat do extatického stavu. To však mluvím o realizovaném extatickém stavu. Tohoto stavu však nelze dosáhnout jinak než právě čtyřiadvacetihodinovým jógickým úsilím denně, což není možno učinit bez jóganidry. Ale jóganidrá také není možná,

když člověk mysl definitivně nepovznesl nad svět. Když ji totiž nepovznese, je jeho spánek spánkem běžného živočicha. (Květoslav Minařík: Malý mystický slovník naučný).

K

Kálačakra: dosl.: „kolo času"; poslední a nejkomplexnější buddhistická tantra (10. stol.), kterou měl sepsat mytický král Sučandra ze Šambhaly. V kálačakrovém učení hrají značnou roli počítání času a astronomie a uvedení Kálačakratantry do Tibetu (1027 po Kr.) se pokládá za základ tibetského kalendáře. Zvláštností meditačního systému Kálačakratantry je rozpracování nauky o Ádibuddhovi (Buddhovi počátků), jenž zvyšuje počet pěti buddhovských rodů (buddhakula) na šest. Kálačakrovu nauku symbolizuje „Desateronásobná mocná mantra".

Podle tibetské tradice Kálačakratantru uchovávalo sedm králů ze Šambhaly a 25 oprávněných „zvěstovatelů". V době 12. zvěstovatele dospěla nauka do Indie a záhy poté do Tibetu. Jedna z nejdůležitějších linií, po níž se šířila, vedla přes učence Butöna (1290-1364) k Congkhapovi a ještě dnes se Kálačakratantru praktikuje ve škole Gelugpa.

Samotná tantra se skládá ze tří částí: „vnější", „vnitřní" a „další". Předmětem vnější části je hmotný svět; popisuje vznik vesmíru a rozvíjí zeměpis a astronomii. Důraz přitom spočívá na počítání času a k tomu potřebné matematice. Naproti tomu vnitřní část popisuje výstavbu psychického světa jako funkci nádí a další část je věnována božstvům zviditelňovaným v sádhaně. Všechny tři díly jsou pokládány za různé stránky ádibuddhovského principu (Samantabhadra).

Kálačakratantra dále obsahuje výčet šesti meditačních cvičení, která sice podle svého počtu odpovídají šestici učení Náročhödug a komentoval je též Náropa, ale mají s nimi společnou pouze techniku tummo („vnitřního tepla"). (LVM)

kalápa vipassana: viz vipassana

Kamalašíla: žil v 8. století; žák Sántarakšitův, k jehož spisu přičinil komentář Tattvasangrahapaňdžika, Komentář k Souboru podstat. Také zastával názor, že všechny věci a jevy jsou řetězce okamžikových bytí. „Jen tímto jediným zásadním výrokem“, (píše v tomto komentáři, „bychom jednou ranou (ékapraháréna) mohli vyvrátit (pojmy) boha, duše, věčné hmoty a spoustu (jiných scestných) představ našich protivníků.“ (MEB).

kámalóka viz trilóka

kammatthána: doslova ‚pracoviště‘ resp. ‚meditační pracoviště‘, je výraz používaný v komentářích pro meditační předmět. (BS)

kasina: je to název čistě vnějšího prostředku, který slouží k dosažení a rozvoji soustředění mysli a k dosažení čtyř pohroužení (džhána). Cvičení s kasinami spočívá v soustředění plné a nerozrušené pozornosti na visuální předmět, který je ‚přípravným obrazem' (parikamma-nimitta). Může jím být například barevný či hliněný kotouč, vodní nádrž v určité vzdálenosti atd. Po nějaké době bude meditující schopen vnímat i se zavřenýma očima mentální obraz původního předmětu, který se nazývá ‚získaný (naučený) obraz' (uggaha-nimitta). Věnuje-li pak nadále pozornost tomuto obrazu, může vyvstat odpovídající jednotný a neměnící se obraz (patibhága-nimitta) a spolu s ním je dosaženo přístupového (sousedícího) soustředění. Když pak stále setrvává v soustředění na tento předmět, dosáhne nakonec stavu mysli, v němž je pozastavena smyslová aktivita a v němž není přítomno vidění, slyšení, tělesné vnímání ani pociťování, tj. stavu prvního pohroužení (džhána). - Deset kasin, které se zmiňují v suttách, jsou: kasina země, vody, ohně a větru; modrá, žlutá, červená a bílá kasina; kasina prostoru a vědomí. „Existuje deset kasinových oblastí: někdo vidí kasinu země – nahoře, dole, ve všech směrech, nerozrušenou, neohraničenou … někdo vidí kasinu vody – nahoře, dole…" (M. 77, D. 33). Ve Vism. V je nazývána kasina prostoru ‚kasinou omezeného prostoru' (pariččhinnákása-kasina) a kasina vědomí ‚kasinou světla' (álóka-kasina). Úplný popis obsahuje Vism. IV−V; také Asl.Tr. I, 248. (*BS*)

khandha (agregáty): pět ‚skupin existence' nebo pět ‚skupin lpění' (upádánakkhandha). Jedná se o pět skupin, do nichž Buddha shrnul veškeré existující tělesné a mentální jevy a které se jeví nevědoucímu člověku jako jeho ‚já' či osoba. Jmenovitě to jsou:

1. skupina tělesnosti (rúpa-kkhandha)

2. skupina pociťování (védaná-kkhandha)

3. skupina vnímání (saňňá-kkhandha)

4. skupina mentálních formací (sankhára-kkhandha)

5. skupina vědomí (viňňána-kkhandha)

Khema sutta: 1. Khema Sutta - popis návštěvy devaputty Khema u Buddhy v Džétavaně, a verše, které Khema při této příležitosti pronesl. S.i.57. - 2. Dva mniši, Khema a Sumana, žijící v Andhavaně poblíž Sávatthi, navštívili Buddhu. Khema před Buddhou prohlásil, že když mnich dosáhne arahantství, nevzniká v něm myšlenka, že je někomu podřízen nebo že má sobě rovného. Po těchto slovech se Khema s Buddhou rozloučil a odešel; Sumana učinil totéž. Když odešli, Buddha mnichům prohlásil, že Khema a Sumana svým výrokem projevili své arahantství. A.iii.358f. - 3. Sutta o tom, co znamená dosažení míru (khema). A.iv.455. - 4. Buddha hlásá mír a cestu k němu. S.iv.371. Khema sutta online v angličtině.

Khuddakanikája: krátké sútry (sutty) zakončené výrokem Buddhy, většinou ve verši. Je jich 80 v osmi oddílech po deseti.

kilésa viz kléša

kiňčana: ‚něco' ve významu ‚něco povahově zlého', ‚zlý přívěsek'; je to označení tří neprospěšných kořenů (múla). „Existují tři přívěsky: chtivost (lóbha) je přívěsek, nenávist (dósa) je přívěsek a zaslepenost (móha) je přívěsek" (D. 33). ‚Osvobozený od přívěsků' (akiňčana) se nazývá dokonalý světec (arahat). (Nyanatiloka: Buddhistický slovník)

kléša, kilésa: nepravost, nepřístojnost. Bývá jich uváděno deset: chtivost (lóbha), zášť (dvéša, dósa), blud (móha), samolibost (mána), mylný názor (dršti, ditthi), pochybnost (vičikitsa, vičikiččha) tupost (stjána, thína), nevrlost (auddhatja, uddhačča), nestoudnost (ahríka, ahirika) a nedbalost (anauttapja, anottappa). První tři jsou považovány za kořeny zla (akušalamúla, akusalamúla).

krtsnájatana: deset vizualizačních pomůcek (sanskrt: krtsnájatana; páli: **kasina**; tibetsky: zad par gyi skye mched; čínsky: pien-čchu (bianchu))

1. země
2. voda
3. oheň
4. vítr
5. prázdný prostor (akáša)
6. modrá
7. žlutá
8. červená
9. bílá
10. světlo nebo vědomí

Kšitigarbha: doslovně „zrozenec Země", bódhisattva, který zachraňuje hříšníky z pekel (naraka, niraja), pomáhá dětem po smrti a chrání poutníky. Je to jediný z bódhisattvů, který je obdařen chomáčkem bílých chloupků (úrna, unna) mezi obočím, jedním z dvaatřiceti znaků výrazné osobnosti (mahápuruša, mahápurisa). Jeho symboly jsou drahokam čintámani, který plní všechna přání, a bambusová poutnická hůl se šesti kolínky, jež znamenají šest možných bytí (gati), v nichž Kšitigarbha pomáhá bytostem.

Kumáradžíva: (čínsky Ťiou-ma-luo-š', Ťiou-ma-luo-š'-pcho, zkr. Luo-š', Š') 344 - 413 Nejvýznamnější překladatel buddhistických sanskrtských textů v Číně. Kumáradžíva, jenž pocházel ze šlechtické rodiny z Kuče v dnešním Sin-ťiangu (otec se jmenoval Kumárájana a matka Džívá), studoval nejprve učení hínajány a později se stal stoupencem mahájány. 401 přišel na pozvání panovníka do Čchang-anu (dnešní Si-an; tehdy hl. m. státu Pozdní Čchin), kde za pomoci tisíce mnichů se pustil do překladatelské činnosti. Roku 402 mu byl propůjčen titul zemského preceptora.

Nejdůležitější díla přeložená Kumáradžívou jsou:

- Amitábhasútra (402)

- Lotoso-vá sútra (406)
- Vimalakírtinirdéšasútra (406)
- Árjadevova Šatašástra (404)
- Madhjamakakáriká (409)
- Mahápradžňápára-mitášástra (412)
- Dvádašadvárašástra (409)

Kumáradžíva vstoupil v sedmi letech spolu se svou matkou, princeznou, do buddhistického řádu. Oba odešli do Kašmíru, kde studovali po tři roky u nejvěhlasnějších učitelů hínajány. Poté žili rok v Kašgaru, kde Kumáradžíva kromě buddhismu studoval také astronomii, matematiku a okultní vědy. Tam přišel také do styku s mahájánou, jíž se nadále výlučně věnoval. Po návratu do Kuče pronikla jeho pověst jako učence brzy na císařský dvůr. 384, po dobytí Kuče severočínským státem Raný Čchin, byl zatčen a po 17 let zadržován jedním buddhismu nepřátelským generálem, až konečně 401 přišel do Čchang-anu, kde pod ochranou císaře zahájil svou překladatelskou činnost. Kumáradžíva rozhodujícím způsobem vylepšil metody překladu, jež převládaly až do jeho příjezdu do Číny: On sám mluvil plynně čínsky a jeho spolupracovníci byli vybaveni vynikající znalostí buddhismu a sanskrtu. Proces překládání probíhal následujícím způsobem: Kumáradžíva dvakrát vysvětlil význam textu v čínštině, načež mnichové obsah místa prodiskutovali a pokusili ho přeložit do literární čínštiny, zatímco Kumáradžíva stále znovu porovnával originál a překlad, dokud nebylo nalezeno konečné znění.

Kumáradžíva se snažil, na rozdíl od jiných překladatelů, zprostředkovat podstatu sútry a vyhýbal se doslovným překladům. Troufal si také krátit texty a přizpůsobovat je čínskému vkusu. (LVM)

kusala: karmicky ‚prospěšný‘ (blahodárný, příznivý); eticky dobrý, dovedný.

V M. 9 je tento pojem definován jakožto deset správných způsobů jednání (*kamma-patha*). S ohledem na mysl označuje pojem ‚karmicky prospěšný‘ (*kusala*) všechny karmické záměry (*kamma-čétaná*) a s nimi spojené vědomí a mentální formace, které jsou doprovázeny dvěma nebo třemi prospěšnými kořeny (*múla*), tj. nechtivostí (*alóbha*) čili štědrostí, opakem nenávisti (*adósa*) čili laskavostí a v některých případech také nezaslepeností (*amóha*) čili moudrostí nebo porozuměním.

L

Lankávatárasútra (čínsky: Leng-ťia-a-pcha-tuo-luo-pao-ťing): dosl. „Sútra o sestoupení na Lance“; mahájánská sútra, jež zdůrazňuje nauku „vnitřního osvícení“, které ruší veškerou dvojnost a je povznesené nad všechny odlišnosti. Takovou zkušenost umožňuje uskutečnění tathágatagarbha. Skládá se z 9 kapitol a jedné kapitoly ve verších. Poprvé byla přeložena do čínštiny v 5. století. Děj této sútry je rámcově zasazen do učeného shromáždění na Cejloně, v jehož průběhu Buddha na pozvání krále odpovídá na různé otázky, které mu klade bódhisattva Mahámati, a hlásá nauky blízké učení jógáčáry. (Podle LVM)

Online v angličtině a ke stažení v PDF

lókóttara (páli: **lokuttara**): v sanskrtu doslova "mimo svět"; "nadsvětský", "transcendentní"; tj. něco, co souvisí s dosažením osvobození (vimókša) ze sansáry nebo co k tomuto osvobození vede. Tento termín může také označovat určitou úroveň duchovní zralosti, například když praktikující již nepodléhá nečistotám (ásrava). V souvislosti se stavem praktikujících označuje světské (laukika) obyčejné bytosti; konkrétně v rámci dvaapadesátistupňové bódhisattvovské stezky laukika obvykle označuje praktikující, kteří se nacházejí na stupni deseti věr (čínsky: š'-sin, shixin), deseti chápání (š'-ťie, shijie) nebo deseti praktik (š'-sing, shixing), zatímco "nadsvětský" (lókóttara) označuje osvícenější praktikující, jako jsou bódhisattvové, kteří jsou na deseti stupních (dašabhúmi).

Fa-cang-uova (Fazang) Chua-jen wu-ťiao čang (Huayan wujiao zhang) ("Esej o pěti naukách podle Chua-jen") rozebírá tato stádia ještě přesněji: Z deseti stupňů (dašabhúmi) stezky vedoucí k buddhovství patří první až třetí stupeň k světským (laukika); čtvrtý až sedmý stupeň jsou z hlediska tří vehiklů (trijána) šrávaka, pratjékabuddha a bódhisattva nadsvětské; osmý až desátý stupeň překračují i nadsvětské a patří k jedinému vehiklu (ékajána).

Lókóttaraváda (Učení o transcendenci), dílčí škola školy Mahásanghika hlavního proudu buddhismu, získala svůj název podle obhajoby nadsvětských vlastností Buddhy a jednoty Buddhavačany. Emblematický text této školy, Mahávastu, tvrdí, že všechny zdánlivě všední Buddhovy úkony jsou ve skutečnosti nadsvětské; proto, i když se může zdát, že Buddha jí a spí, chodí a mluví jako obyčejní lidé, ve skutečnosti zůstává neustále ve stavu meditace, protože je prost všech potřeb. (*PDB*)

lokuttara viz lókóttara

M

Madhjántavibhága: (Rozlišení mezi středem a krajnostmi), jako autor se uvádí Maitréjanátha a Asanga a komentář od Vasubandhua. PDF, PDF, PDF

Mahájánasútrálankára(kárika): „Ozdoba mahájánových súter“, mahájánské dílo připisované Maitréjanáthovi, jak bylo diktováno Asangovi (asi 320 až asi 390 n. l.) Text napsaný ve verších představuje cestu mahájány z pohledu jógáčáry. Skládá se z 22 kapitol s celkem 800 verši. Vykazuje značnou podobnost v uspořádání i obsahu s Bódhisattvabhúmišástrou, ačkoli zajímavá první kapitola dokazující platnost a pravost mahájány je pro toto dílo jedinečná. Je s ním spojen komentář v próze (bhášja) od Vasubandhua a několik dílčích komentářů od Sthiramatiho a dalších; části od Maitréjanátha a Vasubandhua se dochovaly jak v sanskrtu, tak v tibetských, čínských a mongolských překladech. Online. Anglicky v pdf.

Mahávibháša: jedna ze dvou základních prací vaibhášiky (školy Velkého výkladu) – dosl. „stoupenců Mahávibháši“, jak se označuje pozdní fáze sarvástivády. Jsou to významné komentáře k části Abhidharmy sarvástivádové školy. Druhou je Vibháša.

májá: neustále se měnící, nestálý fenomenální svět projevů a forem, „iluze" či „klam", jejž neosvícený duch pokládá za jedinou skutečnost. Pojem májá tvoří protiklad neměnného, dokonalého absolutna, skutečnosti, kterou symbolizuje dharmakája. Pochopení, že všechny dharmy jsou májá, se rovná dosažení „probuzení" (osvícení, bódhi) a uskutečnění nirvány. Podle nejvyšších nauk buddhismu, jak jsou formulovány např. v zenu, iluze či klam netkví ani tak v tom, že fenomenální svět považujeme za skutečný; klam spíše spočívá v tom, že na svět jevů nahlížíme jako na neměnnou, jedinou skutečnost a předstíráme tak zření podstaty. V zásadě jsou absolutno a relativno jedno a totéž a májá (japonsky majoi, zaslepenost) je totožná s bódhi (osvícením). (LVM).

mána: ‚domýšlivost‘ (pýcha či namyšlenost), je jedním z deseti pout, která váží bytosti k existenci (samjódžana). Je úplně vykořeněna až při dosažení arahatství či svatosti. Dále je to jeden ze sklonů (anusaja) a jedna z nečistot (kilésa).

> „Domýšlivost ve smyslu samolibosti (mána), domýšlivost ve smyslu vlastní podřadnosti (ómána) a namyšlenost ve smyslu vlastní nadřazenosti (atimána) jsou tři druhy domýšlivosti, které je třeba překonat. Neboť překoná-li mnich tuto trojí domýšlivost jejím úplným proniknutím, říká se o něm, že učinil konec utrpení“ (A. VI, 49).

> „Asketové a bráhmanští kněží, kteří spoléhají na tuto nestálou, strastiplnou a pomíjivou povahu tělesnosti, pociťování, vnímání, mentálních formací a vědomí, uvažují takto: ‚já jsem lepší‘ nebo ‚já jsem na stejné úrovni‘ nebo ‚já jsem horší‘. A toto si myslí, protože neporozuměli skutečnosti“ (S. XXII, 49).

Ve skutečnosti žádné ‚já‘ neexistuje (srov. anattá). (BS)

manómajakája: „duchovní tělo“, které mnich získává ve čtvrtém stupni meditace (dhjána), džhána), osvobozený již od všeho pozemského; toto tělo má prý všechny smysly i orgány jako tělo hmotné, od nějž se liší jen tím, že je duchovní. (MEB).

Méttásutta: dosl.: „Sútra dobrotivosti"; hínajánová sútra, jež má za námět rozvíjení laskavosti (maitrí, brahmavihára). Je to jeden z nejpopulárnějších textů théravády, jejž mniši i laikové této školy denně recitují.

Text Méttásutty zní:

1. Tak má jednat ten, kdo chápe, co je dobré, poté, co zakusil stav zklidnění: měl by být rázný, přímý, poctivý, (a přece) mírný a poddajný, zcela prostý pýchy.
2. Nechť je spokojený, vystačí si s málem, skromný, střídmý, též rozumný, ovládá své smysly; v rodinách se chová nevtíravé, po ničem nelační.
3. Nechť neupíná snahy k nízkému cíli, který by mu jim, moudří, mohli vytýkat. Mír a štěstí nechť dáno je všem tvorům, kéž jsou všichni blažení!
4. Ať jsou ti tvorové jacíkoli - nehybní či pohybliví, protáhlí či vysocí, prostřední, drobní či nepatrní,
5. viditelní či neviditelní, ať žijí blízko či daleko, ať zrození jsou či teprve se rodí: - kéž jsou všichni blaženi!
6. Neměl by nikdy jiného tupit, a nikdy nikým opovrhovat; z hněvu a zášti by jeden neměl druhému strojit neštěstí.
7. Stejně jako matka, jež vlastního syna, jediné své dítě, brání životem, nechť vůči všem tvorům nitro otevře dokořán.
8. Nechť rozvíjí lásku k celému světu, nitro otevře dokořán, netíhne vzhůru, dolů ani napříč, je prostý zášti a nevraživosti.
9. Ať stojí, chodí, sedí či leží, pakliže zůstává bdělý, měl by upevňovat toto vědomí: božský stav dlení mu říkají.
10. Když nepodléhá klamným názorům, je ctnostný, má pravý vhled a překonal lačnost po rozkoších, do dalšího lůna již víckrát nevstoupí." (Podle H. W. Schumann, 1976, s. 100, LVM)

Mazu Daoyi: (709-788) byl vlivným opatem buddhismu čchan během dynastie Tchang. Učitelský styl „podivných slov a mimořádných činů“ mistra Ma se stal paradigmatickou zenovou tradicí.

Milindapaňha: dosl. „Otázky Milindovy"; nejvýznamnější nekanonické dílo théravády, sestavené ve formě dialogu mezi mnichem Nágasénou a králem Milindou (páli Milindó), řeckým Menanderem, jenž v 1. stol př. Kr. ovládl severní Indii od Péšávaru až po Patnu. Na

základě rozmluvy s Nágasénou se prý Milinda obrátil k buddhismu. (Český překlad části textu: Otázky Milindovy, přel. V. Miltner. Praha 1988.)

Otázky krále Milindy se vztahují k základům buddhistického učení, především ke znovuzrození, k anátmanové nauce a zákonu karmy, jež Nágaséna objasňuje s pomocí pozoruhodných přirovnání.

(Český překlad části textu: Otázky Milindovy, přel. V. Miltner. Praha 1988.)

Múlamadhjamakakáriká: „Základy Střední cesty“, zkráceně MMK, je základním textem školy Madhjamaka buddhistické filozofie mahájány. Obsahuje cca 450 veršů. Složil ji indický filozof Nágárdžuna. MMK využívá argumenty reductio, aby ukázala, jak jsou všechny jevy prázdné od svabhávy.

N

nága: „hadi, draci“, polobožské bytosti vod a lesů; mohou na sebe brát lidskou podobu… Nágarádžové, hadí či dračí králové, jsou vládci sladkovodních zdrojů, studánek, řek a jezer. Ve svých podvodních palácích prý střeží posvátná buddhistická písma, jejichž obsah lidstvo zatím není s to pochopit.

ňána-dassana-visuddhi: ‚očištění poznáním a zřením‘, je posledním ze sedmi očištění a znamená poznání stezky (magga-ňána), tj. uskutečnění stezky vstupu do proudu, jednoho návratu, nenávratu či arahatství. Podrobné vysvětlení k tomu poskytuje Vism. XXII. - V A. IV, 41 znamená pojem ňána-dassana zjevně ‚božský zrak‘ (dibba-čakkhu), vytvořený soustředěním mysli na světlo.

ňáta-pariňňá: ‚úplné pochopení poznávaného‘, je jedním ze tří druhů úplného pochopení.

nekkhamma: ‚svoboda od smyslné žádostivosti‘ či ‚zdržování se smyslnosti‘. Toto slovo pochází patrně z nir + kram, (odejít; jako například když mnich odchází do bezdomoví), ale v pálijských textech se používá v protikladu slova káma (smyslovost, smyslnost), jakoby bylo odvozeno z jeho základu. Nekkhamma je jednou z dokonalostí (páramí). ‚Myšlenka prostá smyslnosti‘ či ‚zdrženlivá myšlenka‘ (nekkhamma-sankappa) je jedním ze tří typů správného úmyslu (sammá-sankappa), druhého členu ušlechtilé osmi členné stezky, a protikladem ‚smyslné myšlenky‘ (kámasankappa). (BS)

nibbida: rozčarování, odpor, znechucení, únava. Obratné odvrácení mysli od podmíněného samsárického světa k nepodmíněnému, transcendentnímu - nibbáně.

nibbidánupassaná-ňána: ‚poznání zhnusení‘, je jedním z osmnácti hlavních druhů vhledu – vipassaná.

nirveda: "znechucení", které Buddha zakoušel podle Mahápradžňáramitášástry (7. kapitola): "Bódhisattva pak postupně dospěl a když uviděl starce, nemocného člověka, zakusil znechucení (nirveda) ke světským věcem. O půlnoci opustil svůj domov a šest let praktikoval askezi".

O

okappana: upevnění mysli na, usazení se, vložení důvěry, důvěra.

P

paččaja: ‚podmínka', je to, na čem je něco jiného (podmíněná věc) závislé a bez čehož nemůže podmíněná věc existovat. Existuje mnoho způsobů, jak může být nějaká věc či událost podmínkou jiné věci či události. V Pattháně, poslední knize Abhidhamma-pitaky, která obsahuje v thajské edici šest velkých svazků, je uvedeno a vysvětleno dvacet čtyři způsobů podmíněnosti. Tyto způsoby podmíněnosti jsou zde pak aplikovány na veškeré mentální a tělesné jevy a události, čímž je ukázána jejich podmíněná povaha. (BS - zkráceno):

1. podmínka kořene (hétu-paččaja)

2. podmínka předmětu (árammana-paččaja)

3. převažující (určující) podmínka (adhipati-paččaja)

4. předcházející podmínka (anantara-paččaja)

5. bezprostřední podmínka (samanantara-paččaja)

6. podmínka spoluzrození (sahadžáta-paččaja)

7. podmínka vzájemnosti (aňňamaňňa-paččaja)

8. podmínka podpory (nissaja-paččaja)

9. podmínka rozhodující podpory či podnětu (upanissaja-paččaja)

10. podmínka předchozího zrození (purédžáta-paččaja)

11. podmínka následujícího zrození (paččhádžáta-paččaja)

12. podmínka opakování (ásévana-paččaja)

13. podmínka karmy (kamma-paččaja)

14. podmínka karmického následku (vipáka-paččaja)

15. podmínka potravy (áhára-paččaja)

16. podmínka schopnosti (indrija-paččaja)

17. podmínka pohroužení (džhána-paččaja)

18. podmínka stezky (magga-paččaja)

19. podmínka propojenosti (sampajutta-paččaja)

20. podmínka oddělenosti (vippajutta-paččaja)

21. podmínka přítomnosti (atthi-paččaja)

22. podmínka nepřítomnosti (natthi-paččaja)

23. podmínka zmizení (vigata-paččaja)

24. podmínka nezmizení (avigata-paččaja).

paňča-síla: pět etických pravidel resp. předsevzetí. Pět etických pravidel (paňča-síla), k nimž se vztahují všichni buddhističtí laici, tvoří: 1. zdržování se zabíjení živých bytostí, 2. zdržování se kradení, 3. zdržování se nesprávného sexuální jednání, 4. zdržování se nepravdivého a zraňujícího mluvení a 5. zdržování se omamných látek.

pakiňňaka cétasika: existuje 6 pakiňňaka cétasika neboli zvláštních cétasika. Působí jako flexibilní k čitta, vznikají společně. Když vzniknou spolu s kusala čittou, budou se chovat jako kusala cétasika, a když vzniknou spolu s akusala čittou, budou se chovat jako akusala cétasika. Jsou-li společně vznikající čitty opět abjakata četasiky, budou konat práci abjakata. - Abjakata nemají potenciál kammy ani kammickou sílu. Příklady abjakata dhammy jsou kirija čitta, vipáka čitta, rupá dhamma a všechny tyto nemají kammický účinek. Pakiňňaka četasiky souvisí s čittou, kterou doprovázely. Existuje 6 pakiňňaka cétasika neboli 6 zvláštních cétasik. Jsou to:

1) vitakka
2) vičára
3) virija
4) piti
5) čanda
6) adhimokkha

Těchto 6 cétasik se spolu se 7 univerzálními četasikami souhrnně nazývá annasamana četasiky. Anna znamená zabývat se nebo opakovat. Samána znamená souhlasit. Obě třídy tedy souhlasí s jakoukoli čittou. Když vznikají s kusala čittou, chovají se jako kusala cétasika, a když s akusala, stávají se akusala cétasikami. - Výjimkou je, že 7 univerzálních cétasik vždy vyvstává s každou čittou, ať je jakéhokoli druhu, ale 6 pakinnaka neboli konkrétních cétasik někdy vyvstává a někdy nevyvstává. (*Wisdom Library*)

paramártha, paramattha: nejvyšší smysl, sakrální pravda vrcholného smyslu, absolutní realita, ryzí bytí absolutní pravdy na rozdíl od „zahalené“ pravdy (sanvrtisatja, sanvu-tisačča), pravdy relativní.

páramí či **páramitá**: ‚dokonalost‘. Deseti dokonalostmi vedoucími k buddhovství jsou: 1. dokonalá štědrost (dána-páramí), 2. dokonalá etika (síla-páramí), 3. dokonalá zdrženlivost (nekkhamma-páramí), 4. dokonalé poznání či moudrost (paňňá-páramí), 5. dokonalá energie či úsilí (virija-páramí), 6. dokonalá trpělivost (khanti-páramí), 7. dokonalá pravdivost (sačča-páramí), 8. dokonalé rozhodnutí (adhitthána-páramí), 9. dokonalá dobrotivost (mettá-páramí) a 10. dokonalá vyrovnanost (upekkhá-páramí). - Tyto kvality dovedl Bódhisatta (Buddha před svým probuzením) k dokonalosti ve svých minulých životech. Džátaky, příběhy z Buddhových minulých životů, popisují ilustrativně způsob, jak tyto kvality pěstoval. Za kanonické jsou nicméně považovány pouze jejich verše. Kromě nich se o deseti dokonalostech zmiňují jen dva další kanonické zdroje – Buddha-vamsa (v příběhu o Sumédhovi) a Čarijá-pitaka – které však patrně nejsou původní. Ve Vism. IX se uvádí, že je možné dosáhnout deseti dokonalostí rozvinutím čtyř božských dlení − dobrotivosti, soucitu, spoluradosti a vyrovnanosti (brahma-vihára): „‚Velkým bytostem‘ (mahá-satta; synonymum pojmu bódhisatta, které se často vyskytuje v mahájánových textech a označuje bytost směřující k buddhovství) záleží na štěstí ostatních živých bytostí, nejsou smířeny s jejich utrpením, přejí jim dlouhý život ve šťastných, vyšších stavech a jsou nestranné a spravedlivé ke všem. Proto (1) obdarovávají (dána) všechny bytosti, aby byly šťastné, a nezkoumají přitom, zda jsou toho tyto bytosti hodny, či nikoli. (2) Zdržují se jakéhokoli ubližování a žijí eticky (síla). (3) Aby dovedly svou etiku k dokonalosti, cvičí se v odříkání (nekkhamma). (4) Aby jasně pochopily, co je pro bytosti prospěšné a co neprospěšné, tříbí svou moudrost (paňňá). (5) Neustále vynakládají energii pro dobro a štěstí druhých. (6) Přestože se staly hrdiny díky své výjimečné energii, jsou naplněny snášenlivostí a trpělivostí (khanti) ke všem možným pochybením druhých. (7) Jestliže jednou slíbily něco darovat či udělat, neporuší své slovo (pravdomluvnost; sačča). (8) S neochvějným rozhodnutím (adhitthána) pracují pro blaho a štěstí druhých. (9) S neutuchající dobrotivostí (mettá) jsou nápomocny všem. (10) Díky své vyrovnanosti (upekkhá) za to neočekávají nic na oplátku“ (Vism. IV, 24). - V mahájánových spisech, kde hrají dokonalosti (páramitá) mnohem větší roli než v théravádě, se uvádí částečně odlišný seznam šesti dokonalostí: štědrost, etika, trpělivost, energie, meditace a poznání. (*BS*)

paračitta neboli **paračittadžňáná**: "poznání mysli druhých", představuje jedno z "deseti poznání" (džňána), jak je definováno v Dharma-sangraha - dílo je připisováno Nágardžunovi, který žil kolem 2. století n. l.

V pálí: proniknutí mysli druhých (čétó-parija-ňána) (Nyanatiloka Théra: Buddhistický slovník)

parikalpita: domnělé, představované. Podle učení jógáčáry je to, co člověk pokládá za „objektivní“ svět, „domnělé“ či „představované“, tj. tento svět je iluzí a šalbou a existuje pouze jako zdání, nikoli jako pravá skutečnost. (LVM)

Patisambhidamagga: „Cesta k analytickému poznání“, dvanáctá kniha Khuddaka-nikáji. Patří k literatuře typu Abhidhamma a popisuje, jak může arahant získat analytické poznání (patisambhida, pratisanvid), což je nejvyšší dosažitelný stupeň arhata. Pojednává také o celé řadě ústředních témat buddhistické soteriologie, včetně bdělosti dechu, čtyř pravd, prázdnoty, nadpřirozené schopnosti (iddhi; rddhi), základy bdělosti, klidu či vyrovnanosti (samatha; šamatha) a vhledu (vipassana; vipašjana). Je možné, že před vznikem dochované Abhidhamma pitaky vyšla jako jeden z abhidhammových traktátů. Kniha se skládá ze tří vág: 1. Maha Vagga, 2. Juganaddha, 3. Vagga Panna Vagga. Každá vagga obsahuje deset témat (katha). Zpracování jednotlivých témat má v podstatě scholastický charakter a celé pasáže jsou doslovně převzaty z Vináji a z různých sbírek Sutta pitaky, přičemž se předpokládá obecná znalost raných buddhistických legend. Existuje komentář, který napsal Mahanama, cejlonský théra, a nazývá se Saddhammappakasini. Online, Scribd

parjavasthána, v páli **padždžavatthána**: aktivní vášně či posedlosti, které ovládají vědomí jedincovo, na rozdíl od latentních vášní či sklonů (anušaja, anusaja), jež dřímají v podvědomí a neprojevují se.

Pradžňápáramitásútra též **Mahápradžňápáramitásútra**, (čínsky: Ta-pchan-žuo-pcho-luo-mi-tuo- ťing, zkráceně Ta-pchan-žuo-ťing),

V sanskrtu doslova: „(Velká) sútra na druhý břeh dosahující [tj. transcendentní či osvobozující, páramitá] moudrosti (pradžňá)"; označení řady asi 40 mahájánových súter, sebraných pod tímto společným pojmenováním, protože obsah všech tvoří uskutečnění pradžňi. Představují část Vaipuljasúter mahájány a vznikly zřejmě na přelomu letopočtu. Jednotlivé sútry se zachovaly v sanskrtu, avšak většinu z nich máme k dispozici jen v čínském nebo tibetském překladu. Na Západě nejznámější jsou Diamantová sútra (Vadžraččhédiká) a Sútra srdce (Mahápradžňápáramitáhrdajasútra). Jejich nejvýznamnějším vykladačem byl Nágárdžuna.

Pradžňápáramitásútry se vyznačují vyslovenou didaktickou tendencí, čímž se liší od súter hínajány. Většina z nich je zasvěcena Subhútimu a byly předneseny na Supím vrchu.

Jejich nejstarší část pravděpodobně tvoří Aštasáhasriká, obsahující 8000 veršů, a Buddhovy rozmluvy s více žáky, jež představují základ pro všechny ostatní Pradžňápáramitá-sútry (rozsah 300 až 100 000 veršů) a jsou spolu s komentáři a překlady nejpočetnější; první čínský překlad pochází z 179. (LVM)

prakrti, pakati: duchovní předpoklad prvního stupně ze čtyř, jimiž ve svém vývoji musí projít bódhisattva. Tedy bódhisattvačarja: bódhisattvačarja, bódhisattačarija „bódhisattvovský způsob žití“, čtyři stupně vnitřní očisty mravní, jimiž ve svém duchovním vývoji musí projít budoucí bódhisattva. 1. Duchovní předpoklad (prakrti, pakati), je mravný, laskavý, štědrý, mírný, šlechetný. 2. Uvědomí si, že chce být ku blahu lidstva, a obrátí se na Buddhu s prosbou (pranidhána, panidhána), aby dospěl k procitnutí (bódhi). 3. Stane se „novým člověkem“ a je zcela obdobně přizpůsoben jiným bódhisattvům, je s nimi „po srsti“ (anulóma). 4. Nejvyšší

duchovní stav, kdy jedinec dospěl na samu hranici nad-smyslovosti a každý zvrat (nivartana, nivattana) je vyloučen.

pramuditá neboli **pramuditábhúmi**: označuje "radostné bhúmi" a představuje jeden z deseti základů bódhisattvy (bódhisattvabhúmi), podle Dašabhúmikasútry neboli Dašabhúmíšvary, jak se o něm zmiňuje Mahápradžňápáramitášástra z 2. století v 52. kapitole. - Pramudita-bhúmi je známá také jako "rab tu dgaḥ ba, houan hi nebo ki hi".

Bódhisattva-mahásattva, který se nachází na první úrovni (pramudita-bhúmi), by měl splnit deset příprav:

1. Sílu vysoké aspirace pomocí metody neuchopování.
2. Rovnováhu mysli vůči všem bytostem prostřednictvím neuchopování žádné bytosti.
3. Velkorysost neuchopováním ani daru, ani dárce.
4. Dobré služby prokazované dobrým přátelům tím, že z nich nevyvozuje žádnou pýchu.
5. Hledání Dharmy prostřednictvím neuchopování jakékoli nauky.
6. Neustálý ústup ze světa prostřednictvím neuchopování života hospodáře.
7. Užívání si Buddhova těla neuchopováním hlavních a vedlejších znaků.
8. Šíření Dharmy neuchopováním jejího dělení.
9. Zničení pýchy a ješitnosti neuchopováním jakékoli nadřazenosti.
10. Pravdivá řeč prostřednictvím neuchopování jakékoli řeči.

Wisdom Library

pranítata: "vztahující se k provedení" a představuje jeden ze čtyř "aspektů v pravdě ustání" (nirodhasatja), jak jsou definovány v Dharma-sangraha (oddíl 99).

prapaňča, papaňča: sféra subjektivního světa a jeho projevy v souvislosti se šesti smyslovými oblastmi, tedy zásadní překážka na cestě k procitnutí. (MEB)

prašrabdhi: Uvolnění, realaxace. Označuje jednu z deseti složek (dravja) třiceti sedmi pomocných sil k osvícení (bodhipákšika), jak uvádí Mahápradžňápáramitášástra z 2. století, kapitola XXXI.:

> …"těchto třicet sedm pomocníků (bodhipákšika) má deset věcí (dravja) jako kořeny (múla). Uvolnění (prašrabdhi) tvoří činitel osvícení zvaný uvolnění (prašrabdhi-saṃbodhjanga)".

V tibetštině shin-sbyangs a vztahuje se k "poddajnosti" (která se uplatňuje jako protilátka proti lenosti) a představuje jednu z osmi pratipakša ("aplikací") nebo Abhisanskára ("aplikací")

(uplatňovaných k překonání pěti chyb), podle Kamalašíly a části Šrávakabhúmi Jógáčárabhúmišástra.

príti (v páli: **píti**): v sanskrtu "nadšení", "radost", "zanícení"; třetí z pěti faktorů meditativního pohroužení (dhjánánga) a čtvrtý ze sedmi faktorů osvícení (bódhjanga); vytržení pomáhá ovládat mentální překážky (nívarana), jak zlobu (vjápáda), tak lenost a strnulost (stjána-middha). Trvalému pocitu príti brání zloba (vjápáda), druhá z pěti překážek dhjány. Príti osvěžuje tělo i mysl a projevuje se jako tělesný a duševní klid (prašrabdhi). K nejzákladnějším typům príti patří fyzické reakce, jako je ježení (tj. vstávání vlasů na hlavě). Jak se prožitek stává stále intenzivnějším, přechází v "unášející vytržení", které je tak povznášející, že se tělo zdá být tak lehké, až téměř levituje. Nakonec se z vytržení stává "všeprostupující štěstí", které prosycuje tělo i mysl a zbavuje je nevůle (zloby) a únavy. Jako fyzický i mentální zážitek je príti přítomna během prvního i druhého z meditativních pohroužení spojených s jemnohmotnou říší (rúpávačaradhjána), ale mizí ve vyrovnanosti (upekša). V jemnější třetí dhjáně zůstává pouze mentální uvolněnost (sukha) a jednobodovost (ékágrata). O božstvech v říši Šuddhávása (tj. pět "čistých příbytků", horních pěti z osmi nebes spojených se čtvrtou dhjánou) a o božstvu Ábhásvaráloka (nebe univerzální záře) se říká, že se doslova "živí radostí" (prítibhakša; pítibhakkha), tj, že se živí pouze z tělesného a duševního vytržení. (PDB)

R

rága: vášeň, rozkoš.

Ratana sutta: buddhistický diskurz v pálijském kánonu v Sutta Nipáta a Khuddakapatha; s paralelou v Mahávastu. V páli má délku sedmnáct veršů a v sanskrtské verzi devatenáct. Ratana Sutta vychvaluje vlastnosti tří ratan v buddhismu: osvíceného, učení a ušlechtilé společenství učedníků. Online anglicky. Nebo zde.

Rathavinítа-sutta: 24. sutta z Madždžhima nikáji. Sáriputta navštíví Punnu Mantaniputtu v Andhavaně a ptá se ho, proč žije vyšší život. Aby dosáhl absolutní nibbány, odpovídá Punna, a když je dále tázán na povahu nibbány, vysvětluje, že nibbána je cílem a lze jí dosáhnout pouze tak, že projdeme různými po sobě jdoucími stupni čistoty života, čistoty srdce, čistoty pohledu, čistoty skrze rozptýlení pochybností, čistoty skrze plné nahlédnutí cest, správných i nesprávných, cesty, kterou je třeba následovat, a čistoty, která vzniká z nahlédnutí. Lze ji přirovnat k cestě Pasénadiho ze Savatthi do Sakety pomocí štafet sedmi vozů.

Rohitassa Sutta AN 4,45. Leopold Procházka: Buddha a jeho učení (1926):

> Jednou prodléval Buddha v háji Jetta u Savatthi v klášteře Anathapindiko a tu odebral se k němu Rohitasso, nebeský tvor. Přišed, uctivě Buddhu pozdravil a stranou se postavil; stranou stoje pravil Rohitasso, onen nebeský tvor, k Buddhovi takto: „Jest někdo schopen, pane, chůzí konce světa poznati, viděti neb dosáhnouti, tam, kde není ani narození, ani stárnutí a zmírání, aniž vzniku a zániku?“ – Buddha: „Nikdo není schopen, bratře, chůzí konce světa poznati, viděti neb dosáhnouti, tam, kde není ani narození, ani stárnutí a zmírání, aniž vzniku a zániku.“ – Rohitasso: „Kdysi, v jednom z dřívějších zrození, byl jsem samotářem, synem Bhojo a opatřen magickou silou, mohl jsem s větry závoditi. Taková byla, pane, moje rychlost, že jsem v čase, který potřebuje silný, cvičený, obratný a zkušený lučištník, aby bez námahy lehkým šípem stín palmy přestřelil, mohl učiniti krok tak veliký, jak východní moře od západního jest vzdáleno. Maje takovou rychlost, takový krok, pojal jsem přání chůzí konce světa dosáhnouti. A bez potravy a nápoje, pane, bez žvýkání a chutnání, bez vyprázdnění lejna a moče, nezdržován spánkem a únavou, ztrávil jsem a prožil plných sto let; a když jsem byl plných těchto sto let prošel, zemřel jsem na cestě, aniž konce světa jsem dosáhnul.“ – Buddha: „V pravdě nikdo není schopen, bratře, to pravím já, chůzí konce světa seznati, viděti neb dosáhnouti, kde není zrození, stárnutí a smrti, aniž vzniku a zániku. Ale nelze, bratře, tak pravím já, aniž by konce světa dosaženo bylo, strasti konec učiniti. Ale prohlašuji, bratře, toto: Právě v tomto šest stop vysokém, vnímáním a vědomím opatřeném tělu, zde jest svět obsažen, světa vznik, světa zánik a stezka, jež vede ku konci jeho.“

rúpa-dhátu vit trilóka

S

sabbačitta: Každé vědomí se skládá ze 7 univerzálií neboli společných vlastností (sabbačitta):

1. phassa (kontakt)
2. védana (pocit)
3. saňňa (vnímání)
4. čétana (vůle)
5. ékaggatá (jednobodovost mysli)
6. džívitindrija (psychický život)
7. manasikára (pozornost)

sakkája-ditthi: ‚osobnostní názory' (či ‚přesvědčení o existenci já'), představují první z deseti pout (samjódžana). Jsou zcela vykořeněny až dosažením stezky vstupu do proudu (sótápatti-magga; arija-puggala). Rozlišuje se dvacet druhů osobnostních názorů, které jsou vytvářeny aplikováním čtyř názorů na pět skupin existence (khandha): 1.–5. přesvědčení, že jsem totožný s tělesností, pociťováním, vnímáním, mentálními formacemi či vědomím; 6.–10. přesvědčení, že jsem v těchto skupinách nějak obsažen; 11.–15. přesvědčení, že jsem na těchto skupinách nezávislý; 16.–20. přesvědčení, že jsem vlastníkem těchto skupin (M. 44; S. XXII, 1). (BS)

Sámaňňaphalasutta: v páli "Pojednání o plodech mnišství", druhá sutta Díghanikáji. Otcovrah Adžátašatru (Adžátasattu) a lékař Džívaka navštíví Buddhu sídlícího v Džívakově mangovém háji Ambavana. Pod dojmem mlčenlivosti a kázně Buddhových žáků, kteří se tam shromáždili, si Adžatašatru pomyslí, že by bylo dobré, kdyby se k takovému shromáždění mnichů připojil i jeho vlastní syn Udadžabhadra (Udájibaddha). Ptá se Buddhy na výhody mnišství tady a teď, kdy lidé odloží světské zájmy a přidají se k buddhistickému řádu. online

sámanéra, šrámanéra: novic; musel být stár nejméně osm let, protože v tom věku prý vstoupil do obce (sangha) Buddhův syn Ráhula, jenž se tak tradičně stal patronem všech dalších noviců. Novici se dostalo výchovné podpory (nihšraja, nissaja) pro vzdělání v nauce Mistra (áčárja, áčarija) a pro vedení v řádu učitele (upádhjája, upadždžhája). Ve vztahu k Mistrovi byl novic žák „dlící nablízku" (antévásin), ve vztahu k učiteli to byl učedník „spolubydlící" (sárdhavihárika, saddhivihárika). Mistr i učitel bývali starší mnichové (bhikšu, bhikkhu), moudří a laskaví; vysvětlovali svým svěřencům zásady nauky i mnišské kázně, pomáhali jim zvládat obtíže mnišského života v klášteře i na pouti, pečovali o ně a vychovávali je v opravdové mnichy. Také museli dbát, aby se jim dostalo přiměřené stravy, ošetřovat je v nemoci a povzbuzovat je, když upadali na mysli nebo když pozbývali odhodlání k dalšímu životu mnišskému. Novicové se zúčastňovali všeho života mnišské obce a svým představeným a starším spolubratřím poklízeli a vykonávali pro ně a pro klášter (vihára) drobné služby. Když novic dospěl věku dvaceti let, anebo vstoupil-li do obce starší, pak nejméně po čtyřech měsících, mohl se po patřičném obřadu stát řádným mnichem. (MEB)

samápatti: ‚dosažení', je označením osmi pohroužení v jemnohmotných a nehmotných oblastech. Někdy se sem jako deváté řadí i ‚dosažení ustání' (niródha-samápatti).

samatha: ‚klid' (či ‚utišení'), je synonymem pojmů samádhi (soustředění), čittékaggatá (jednobodovost mysli) a avikkhépa (nerozrušenost). Představuje jeden z mentálních faktorů přítomných v prospěšných stavech vědomí. (BS). Viz také **šamatha**

samjódžana: ‚pouta'. Existuje deset pout, která váží bytosti v koloběhu existence: 1. ‚osobnostní názory' neboli ‚přesvědčení o existenci já' (sakkája-ditthi), 2. pochybovačnost (vičikiččhá), 3. lpění na pouhých pravidlech a rituálech (sílabbata-parámása; upádána), 4. smyslná žádostivost (káma-rága), 5. zlovůle (vjápáda), 6. žádostivost po jemnohmotné existenci (rúpa-rága), 7. žádostivost po nehmotné existenci (arúpa-rága), 8. domýšlivost (mána), 9. neklid (uddhačča), 10. nevědomost (avidždžá). Prvních pět se nazývá ‚nižšími pouty' (órambhágija-samjódžana), neboť vážou bytosti ke smyslovému světu. Druhých pět se nazývá ‚vyššími pouty' (uddhambhágija-samjódžana), neboť váží bytosti k existenci ve vyšších světech, tj. v jemnohmotném a nehmotném světě. (A. IX, 67−68; A. X, 13; D. 33 atd.)

Ten, kdo dosáhl vstupu do proudu (sótápanna) a směřuje tak s jistotou ke konečnému osvobození (nibbána), odstranil první tři pouta. Ten, který se jednou vrátí (do tohoto smyslového světa; sakadágámí), odstranil kromě prvních tří pout i hrubé formy čtvrtého a pátého pouta. Ten, který se nevrátí (do smyslového světa; anágámí), odstranil zcela prvních pět pout. Arahat, tj. dokonalý světec, je osvobozen od všech deseti pout.

Deset pout uváděných v abhidhammě (Vibh. XVII) tvoří: smyslná žádostivost, zlovůle, domýšlivost, špatné názory, pochybovačnost, lpění na pravidlech a rituálech, touha po bytí, závist, lakota a nevědomost. (Nyanatika: Buddhistický slovník) -

- V mahájáně samjódžana znamená "pouta" a je součástí titulu, který byl podle Maháprajňápáramitášástry (6. kapitola) udělen mnichům, kteří doprovázeli Buddhu, když šel do Gṛdhrakúṭaparvata v Rádžagṛze. Podle ní "Arhati zlomili pouta této existence". Těchto pout (samjódžana) je devět: 1. sexuální náklonnost (anunaja), 2. averze (pratigha), 3. pýcha (mána), 4. nevědomost (avidjá), 5. pochybnost (vičikitsa), 6. nesprávný názor (dršti), 7. neoprávněná úcta (parámarša), 8. lakomství (mátsarja), 9. závist, žárlivost (íršja).

sampradžána nebo upasthána (upatthána): čtyři zásady introspektivního sebeuvědomování (smrti, sati). Podle Smrtjupasthánasútry (Satipatthánasutta) Buddha pravil: „Mnichové, tento způsob jednání je jediný způsob k očistě bytosti, k dospění mimo žal a nářek, ke zničení strasti a sklíčenosti, k vykročení na cestu, k prožitku vyvanutí, a to jsou čtyři zásady introspektivního soustředěného sebeupamatovávání. Jaké čtyři? Nuže, mnichové, mnich žije, co se týče těla, dbaje těla, činorodě (átápin), rozvážně (sampradžána, sampadžána), vyrovnaně (smrtimant, satimant), prost choutek (abhidhja, abhiždžhá) i mrzutosti (daurmanasja, dómanassa/ vůči světu; co se týče cítění (védana), dbaje cítění, činorodě, rozvážně, vyrovnaně, prost choutek i mrzutosti vůči světu; co se týče mysli (čitta), dbaje mysli, činorodě, rozvážně, vyrovnaně, prost

choutek i mrzutosti vůči světu; co se týče držma (dharma, dhamma) dbaje držma, činorodě, rozvážně, vyrovnaně, prost choutek i mrzutosti vůči světu.“

sampadžaňňa: ‚jasné uvědomění‘. Tento pojem se často vyskytuje ve spojení s pojmem sati. V D. 22 a M. 10 se uvádí: „Mnich si jasně uvědomuje, jak odchází či přichází. Jasně si uvědomuje, jak se dívá či rozhlíží. Jasně si uvědomuje natahování a ohýbání těla. Jasně si uvědomuje, jak jí, pije, žvýká a chutná. S jasným uvědoměním vyprazdňuje výkaly a moč. S jasným uvědoměním kráčí, stojí, sedí, usíná a probouzí se. S jasným uvědoměním mluví a mlčí.“ Ohledně definice pojmu sati-sampadžaňňa viz Pug. 86. Podle komentářů existují čtyři druhy jasného uvědomění: 1. jasné uvědomění si účelu, 2. jasné uvědomění si vhodnosti (prostředků), 3. jasné uvědomění si oblasti (prožívání resp. meditace), 4. jasné uvědomění si nezaslepenosti (v jednání). Podrobné vysvětlení se uvádí v komentáři k Satipatthána-suttě (anglický překlad viz Soma Thera: The Way of Mindfulness; BPS). (BS)

samtušti nebo samtušta: uspokojení, spokojenost.

samvéga-vatthu: ‚zdroje naléhavých pocitů‘ (či emocí). Ve Vism. III se jich rozlišuje osm: „zrození, stáří, nemoc, smrt, utrpení v nižších oblastech existence, minulé utrpení pramenící v koloběhu znovuzrozování, budoucí utrpení pramenící v koloběhu znovuzrozování, přítomné utrpení pramenící ve shánění potravy“.

Sangharakša byl vůdcem buddhistů jógáčáry a byl považován sarvástiváginy z Kašmíru za jednoho z patriarchů. Pocházel ze Suráthry (Káthiawaru), žil ve 2. století n. l. a byl učitelem Káthana-Kániškána v Gandháře. Sestavil Buddhačaritu a Jogáčárabhúmi. Dílo původně obsahovalo 27 kapitol popisujících hínajánskou techniku jógy, v překladu, který pořídil Dharmarakša, má 30 kapitol. Faktem je, že mahájánovci projevili velmi silný zájem o hínajánovskou dhjánu, jak ji praktikovaly sarvástivádinské komunity v Kašmíru, a vznikla tak víceméně hybridní literatura. (Wisdom Library)

sankhára: buddhistický pojem sankháry (pálí, množné čísl.) nebo sanskáry (sanskrt, mn.č.) nelze do evropského jazyka jednoznačně přeložit. Původní význam je „to, co skládá“, ale také „to, co je složené“. Nejčastější překlad do evropských jazyků zní formace. Tento termín zachovává oba významy původního slova - aktivní aspekt („to, co formuje“), i pasivní („to, co je zformováno“).

Sankháry tedy na jedné straně označují všechna úsilí, to znamená popudy, sklony, zájmy, hnutí vůle, která způsobují, že člověk něco tvoří, na druhé straně také vše vytvořené, každý útvar a v nejširším smyslu všechny objekty žádostí.

V prvním smyslu jsou sankháry jednou z pěti složek skutečnosti a zde se obvykle označují jako mentální formace. Ty zahrnují přibližně 50 mentálních fenoménů, určujících aktivní odpověď mysli na vnímané objekty. Některé jsou karmicky neutrální, jiné (a ty jsou proto obzvlášť důležité) jsou zdrojem prospěšné nebo neprospěšné karmy. Karmicky aktivní formace tvoří druhý člen řetězu podmíněného vznikání, podle něhož vznikají vinou neznalosti pravé tváře skutečnosti.

V druhém významu se sankháry vztahují na „vše, co je složené“, „vše , co je podmíněné“, tedy naprosto vše, kromě nirvány. Např. *sabbe sankhára aniččá* - všechny formace jsou pomíjivé.

Různé buddhistické školy nabízí různý seznam mentálních formací.

<u>Mentální formace podle théravády</u>

Théravádová abhidhamma popisuje 50 mentálních formací, z nichž 11 je karmicky neutrálních (přesněji řečeno jejich karmická kvalita je určena jejich sdružením s prospěšnými nebo neprospěšnými formacemi), 25 karmicky prospěšných a 14 neprospěšných. Je důležité si uvědomit, že tyto fenomény nevznikají v mysli bez příčiny, nahodile, ale že mají vždy svou příslušnou příčinu (příčiny) a jsou také s to vyvolávat odpovídající následky.

I. Karmicky neutrální (aňňasamána)

a) univerzální (sabbačitta) (spojené s každým vědomím)

1. kontakt (phassa) - spojení smyslového objektu, smyslového orgánu a vědomí
2. vůle (čétaná) - směruje mysl k vnímanému objektu, je totožná s mentální aktivitou.
3. (mentální) životní síla (džívita)
4. koncentrace (samádhi) - zaostření na vnímaný objekt, jako ostatní formace může mít různou intenzitu.
5. pozornost (manasikára) - spontánní opakovaný pohyb mysli směrem k danému objektu, zajišťuje stabilitu vnímání.

b) specifické (pakinnaká)

1. myšlenka (vitakka) - prvotní uchopení objektu myslí
2. přemýšlení (vičára) - následné zkoumání objektu
3. rozhodnutí (adhimokkha) - vytváří pevnou jistotu o povaze objektu, je opakem pochybnosti.
4. energie (virija) - vytrvalé metodické úsilí
5. radostný zájem, nadšení (píti) - potlačuje odpor (dósa).
6. záměr (čhanda) - přání něco učinit; není totožný se žádostivostí, protože je eticky neutrální.

II. Karmicky prospěšné (463óbhana, kusala)

1) primární (spjaté s každým prospěšným vědomím)

1. důvěra (saddhá) – důvěra v Buddhu, Sanghu a Nauku založená na porozumění a přímé zkušenosti.
2. bdělost (sati) – neustálá pozornost věnovaná tělesným funkcím, vědomí, pocitům, atd.
3. morální stud (hiri) – vnitřní subjektivní odpor k neprospěšnému konání
4. morální bázeň (otappa) – vnější „strach“ před následky neprospěšného činu
5. odříkání, štědrost (alóbha, dána) – nepřítomnost žádostivosti; neulpívání na vnímaném objektu

6. milující laskavost (adósa, mettá) – nepřítomnost nenávisti; přání dobrého všem bytostem
7. vyrovnanost (tatra-madždžhattatá, upekkhá) – nestranný náhled na vnímané objekty
8. uklidnění těla (kája-passaddhi)
9. uklidnění mysli (čitta-passadhi) – utišení vášní, je opakem nepokoje (uddhačča)
10. hbitost, lehkost těla (kája-lahutá)
11. hbitost, lehkost mysli (čitta-lahutá) – jejím opakem jsou strnulost a malátnost (thína a middha).
12. pružnost těla (kája-muduttá)
13. pružnost mysli (čitta-muduttá) – je opakem chybných názorů a pýchy, které způsobují mentální ztuhlost.
14. poddajnost těla (kája-kamaňňatá)
15. poddajnost mysli (čitta-kammaňňatá)
16. obratnost, zručnost těla (kája-paguňňatá)
17. obratnost, zručnost mysli (čitta-paguňňatá)
18. přímost těla (kája-ujukatá)
19. přímost mysli (čitta-ujukatá) – je opakem nepoctivosti a neupřímnosti

b) sekundární

3 zdrženlivosti (viratijo) – tj. zdrženlivosti od neprospěšných činů:

20. správné jednání (sammá kammanta)
21. správná mluva (sammá váčá)
22. správné živobytí (sammá adžíva) – viz Ušlechtilá osmidílná stezka

2 bezmezné ctnosti (apamaňňá) – jsou tak nazývány, protože jejich objektem je nekonečné množství bytostí:

23. soucit (karuná) – přání, aby byly všechny bytosti zbaveny svého utrpení
24. altruistická radost (muditá) – radost z úspěchu druhých

1 nepřítomnost klamu

25. moudrost (amóha, paňňá) – porozumění pravé povaze vnímaných objektů

III. Karmicky neprospěšné (akusala)

a) primární (spjaté s každým neprospěšným vědomím)

1) nevědomost (móha) - zmatení, týkající se pravé povahy vnímaného objektu
2) nepřítomnost morálního studu (ahirika)
3) nepřítomnost morální bázně (anottappa)
4) nepokoj (uddhačča) - mentální neklid, nestálost

b) sekundární

4 zakotvené v nenávisti:

1) nenávist (dósa) - odpor k nepříjemným objektům
2) závist (issá) - žárlivost na majetek a úspěch druhých
3) lakomost (maččhárija) - neochota se o svůj majetek a úspěch dělit s druhými
4) výčitky svědomí (kukkučča) - na rozdíl od zkoumání přítomného konání je lítost nad minulými činy neprospěšná.

Dále:

5) žádostivost (lóbha) - touha po příjemných objektech
6) nesprávné názory (ditthi) - chybná víra v existenci „já“, v neexistenci karmy, apod.
7) pýcha, domýšlivost (mána) - je spjatá se žádostivostí.
8) strnulost (thína) - těžkopádnost intelektu. Thínu i middhu lze potlačit vyvíjením energie (virija).
9) malátnost, apatie (middha) - těžkopádnost smyslů, ospalost
10) pochybnosti (vičikiččhá) - pochyby týkající se Buddhy, Sanghy a Nauky

(Podle Wikipedie)

Sarvástiváda: přibl.: „nauka, jež hlásá, že všechno je“; hínajánová škola, která se za vlády krále Ašóky odtrhla od sthavirů. Jméno školy se odvozuje od základní teze, že všechno, minulé, přítomné i budoucí, existuje současně. Sarvástivádinové byli zastoupeni především v Kašmíru a Gandháře. Stojí na pomezí mezi hínajánou a mahájánou.

Sarvástivádinové měli svůj vlastní kánon, sestavený v sanskrtu, který se v současné době dochoval v čínském a tibetském překladu. Nejvýznamnějšími díly této školy jsou Abhidharmakóša od Vasubandhua a Mahávibhášá („Velká exegeze"), které vzniklo za předsednictví Vasumitry na koncilu v Kašmíru a kterému škola vděčí za jméno vaibhášika, pod nímž rovněž vešla ve známost. Mahávibhášá představuje souhrn učení sarvástivády a je nejmladší ze sedmi textů Abhidharmapitaky. Dalšími důležitými díly jsou Abhidharmahrdaja, které v deseti kapitolách odráží „srdce Abhidharmy". Rovněž Vibhášá od Kátjájaniputry podává shrnutí nauky. Popis mytického vesmíru buddhismu skýtá Lókapradžňapti. K otázkám disciplíny se dochovala jen Vinajavibhášá.

Učení sarvástivády představuje radikální pluralismus, který se opírá o popření skutečnosti „já", jakékoli substance či duše (anátman), a na tvrzení o existenci momentálních jednotek, tzv. dharm.

Sarvástivádinové předpokládají 75 rozličných dharm, jež (podobně jako u dávné představy o atomech) tvoří poslední, nedělitelnou skutečnost. Považují je za opravdové. Rozlišují podmíněné (sanskrta) a nepodmíněné (asanskrta) dharmy. K těm posledním se počítají prostor (ákáša), apratišthitanirvána a pratišthitanirvána.

Podmíněné dharmy se dělí do čtyř kategorií: podoba či hmota (rúpa); vědomí (vidžňána); duševní faktory (čétasika), tj. všechny psychické procesy a dharmy, které nejsou ani formou ani vědomím, k čemuž se počítají např. stáří, životnost, dosažení, nedosažení, nestálost atd.

Tyto podmíněné dharmy však podle představ sarvástivádinů nevznikají, ale existují odjakživa a pouze se přeměňují z latentního stavu do projeveného. Z toho pochází názor, že „všechno je", když je minulost, přítomnost i budoucnost zároveň obsažena v jedné dharmě. Kromě toho nacházíme v sarvástivádě ranou formu mahájánského učení o trojím těle (trikája) a víru v budoucího buddhu Maitréju, jež postupně stále nabývala na důležitosti. (LVM)

sanjakpradhána, **sammappadhána:** usilovná snaha, aby všechno neblahé v přítomnosti ustalo a v budoucnosti nenastalo. Jsou tu čtyři etapy: vyloučení neblahého, jeho překonání, rozvoj blahého a jeho zachování. Je to vlastně rozvinutí šestého článku ušlechtilé osmidílné stezky (árjáštángamárga, arijatthangikamagga), totiž správného úsilí (sanjagvjájáma, sammávájáma). (MEB)

sati viz smrti

saumanasja: „pocit uspokojení“. Představuje jednu z dvaceti dvou schopností (indrija), podle 38. kapitoly Maháprajňápáramitášástra z 2. století . Slovo indrija , odvozené od kořene id nebo ind, je synonymem velké moci, kontroly.

Sautrántika: hínajánová škola, která někdy kol. 150 př. Kr. vznikla ze školy sarvástivády. Jak napovídá název, opírají se její stoupenci výlučně o Sútrapitaku a odmítají Abhidharmapitaku sarvástivády, stejně jako její teorii, že „všechno je". Sautrántikové vycházejí z existence jemného vědomí, které tvoří základ lidského života a přechází od jednoho znovuzrození do druhého. Na rozdíl od vátsíputríjů, kteří předpokládají existenci celé „osobnosti", jež přetrvává od existence k existenci, vidí sautrántikové nositele koloběhu životů pouze ve vědomí; zbývající čtyři skandhy po smrti splývají s tímto vědomím. Tato představa trvale existujícího vědomí měla značný vliv na školu jógáčáry. U sautrántiků je nejsilněji vyjádřena teorie chvilkovosti všeho jsoucího: v každé existenci vidí pouze nepřetržitou posloupnost okamžiků; trvání je zdáním, iluzí, kterou vyvolává jen těsný sled jednotlivých momentů. Nirvána představuje pro sautrántiky čistě negativní duchovní událost, je to nebytí; vysvobozený je zničen. (LVM)

skandha, (pálijsky: khandha, čínsky wu- jün): dosl. „skupina, soubor"; označení pěti skupin, jež vytvářejí všechno, co se běžně pokládá za „osobnost": 1. tělesnost (rúpa); 2. pociťování (védaná); 3. vnímání (sandžňá, saňňá); 4. psychické tvořivé síly, složky (sanskára); 5. vědomí viňňána). Tyto skupiny jsou často označovány též jako „soubory lpění“ (upádána-skandha), protože s výjimkou arhatů a buddhů se na ně váže touha, takže vytvářejí předměty lpění a způsobují strast.

K příznakům skandh patří zrození, stáří a smrt, trvání, změna. Jsou považovány za bezpodstatné (anátman), nestálé (anitja), prázdné (šúnjatá) a strastné (duhkha).

Skupina tělesnosti nebo hmoty se skládá ze čtyř prvků, pevného, tekutého, hřejícího a pohyblivého, ze smyslových orgánů a jejich předmětů apod. Skupina pociťování sestává ze všech pocitů, lhostejno zda strastných, příjemných či neutrálních. Vnímání zahrnuje vjemy tvaru, zvuku, vůně, chuti, tělesných dojmů a myšlenkových předmětů. Skupina psychických tvořivých sil (překládaných rovněž jako „duševní formace" nebo „duševní hnutí") obsahuje množství psychických činností, jako jsou projevy vůle, pozornost, soudnost, radost, štěstí, vyrovnanost, rozhodnost, ráznost, činorodost, soustředění atd. Skupina vědomí zahrnuje šest druhů vědomí (uvědomování si prostřednictvím zraku, sluchu, čichu, chuti, těla a ducha), z nichž každé povstává z doteku předmětu s odpovídajícím orgánem.

Strastnost a pomíjivost pěti skandh tvoří ústřední námět buddhistické literatury. Strastnost bývá odůvodňována nestálostí a pomíjivostí; z nestálosti osobnosti vytvořené ze skandh odvozuje buddhismus neexistenci já (anátman): to, co je pomíjivé a tudíž strastné, nemůže tvořit já, jež podle indických představ zahrnuje nepomíjivost a oproštěnost od strasti. Poznání „nepodstatnosti" skandh zároveň obsahuje vhled vedoucí k vysvobození. Nyánatiloka vysvětluje, jaké následky má tento vhled pro představu o existenci já:

»Naše tak zvané individuální já ve skutečnosti není ničím jiným, než pouhou souhrou těchto tělesných a duševních fenoménů, procesem, který probíhá od nepaměti před naším narozením a rovněž po naší smrti bude po nepředstavitelně dlouhý čas pokračovat. Tyto skupiny bytí ale tvoří, ať už jednotlivě, či dohromady, každou do sebe uzavřenou skutečnou osobnost a mimo ně neexistuje nic, co bychom mohli označit jako nezávisle jsoucí já, takže víra v jakoukoli v nejvyšším slova smyslu skutečnou osobnost je čirou iluzí.« (LVM)

smrti (sanskrt) = sati (páli), (anglicky mindfulness; německy Achtsamkeit): Bdělá pozornost. Náleží mezi pět řídících schopností mysli (paňča-indrija), pět sil (bala), sedm faktorů probuzení (bódždžhanga); představuje sedmý člen ušlechtilé osmičlenné stezky (magga). V nejširším smyslu je jedním z mentálních faktorů, které jsou neoddělitelně spjaty s každým karmicky prospěšným (kusala) a eticky vznešeným (sóbhana) stavem mysli. Ohledně čtyř podkladů sati viz satipattхána.

sótápanna: „ten, kdo vstoupil do proudu“, je ušlechtilou osobou na nejnižším z osmi stupňů svatosti (arija-puggala). Rozlišují se tři typy: 1.‚ten, který se zrodí nanejvýš sedmkrát‘ (sattakkhattu-parama), 2. ‚ten, který putuje z jedné vznešené rodiny do druhé‘ (kólankóla) a 3. ‚ten, který vzklíčí již jen jednou‘ (éka-bídží). V textech (například Pug. 37−39; A. III, 87) se uvádí:

1. „Když vstoupí člověk do proudu (směřujícího k nibbáně), poté co odstranil tři pouta (osobnostní názory, pochybovačnost a připoutanost k pravidlům a rituálům; samjódžana), nezrodí se již v nižších světech, je pevně zakotvený a předurčený k plnému osvobození. Poté, co se ještě sedmkrát zrodí mezi lidskými nebo nebeskými bytostmi, dosáhne konce veškerého utrpení. Takový člověk se nazývá ‚ten, kdo se zrodí nanejvýš sedmkrát‘ (sattakkhattu-parama).“

2. „Když vstoupí člověk do proudu, poté co odstranil tři pouta … a je předurčený k úplnému osvobození, zrodí se ještě dvakrát či třikrát ve vznešených rodinách a poté dosáhne konce veškerého utrpení. Takový člověk se nazývá ‚ten,kdo putuje z jedné vznešené rodiny do druhé' (kólankóla)."

3. „Když vstoupí člověk do proudu, poté co odstranil tři pouta … a je předurčený k úplnému osvobození, zrodí se ještě jednou v lidském světě a dosáhne konce veškerého utrpení. Takový člověk se nazývá ‚ten, který vzklíčí už jen jednou' (éka-bídží)." Viz Sótápatti-samjutta (S. LV). (BS)

sukha: V sanskrtu a páli "blaženost", "pohoda" nebo "radost"; čtvrtá z pěti složek meditačního pohroužení (dhjánánga). Trvalému pocitu sukha brání neklid a starosti (auddhatja-kaukrtja), čtvrtá z pěti překážek (nívarana) dhjány. Sukha je zrání tělesného a duševního klidu (prašrabdhi), které je spojeno s hrubším prožitkem tělesného "vytržení" (príti). Sukha se vždy objevuje ve spojení s príti, ale ne nutně naopak; zatímco sukha je součástí agregátu vnímání (sandžňa), príti je naopak seskupena s agregátem podmiňujících faktorů (sanskára). Sukha zanechává člověku "dobrý pocit" a katalyzuje rozvoj expanzivních duševních stavů. Sukha je přítomna v prvním, druhém a třetím z meditačních pohroužení (dhjána) spojených s říší jemnohmotnosti (rúpávačaradhjána), ale v ještě jemnější čtvrté dhjáně, v níž meditující neprožívá ani potěšení, ani bolest a zůstává mu pouze jednobodovost mysli (čittaikágrata), se vytrácí do vyrovnanosti (upekša). Termín sukha je důležitý také v buddhistické tantře, zejména v Anuttarajógatantře, kde pohyb větrů (prána) a kapek (bindu) nahoru a dolů centrálním kanálem vytváří různé formy blaženosti; blaženost vytvářená pohybem větrů a kapek nahoru je obzvláště silná. K dosažení buddhovství slouží vědomí blaženosti k pochopení prázdnoty (šúnjata). (*PDB*)

sukhávati: „blažená", tzv. západní ráj, čistá země na západě, jedna z nejvýznamnějších buddhovských zemí v mahájáně. Vládne jí buddha Amitábha.

Sukhávatívjúha sútra viz Amitábha sútra

Š

šamatha: *páli:* ***samatha****; tibetsky: zhi gnas; čínsky: č' (zhi); japonsky: shi*

V sanskrtu překládáno různě jako "klid", "vyrovnanost", "utišení" nebo "zklidnění" (a někdy také jako "zastavení" podle čínského podání tohoto termínu); spolu s vhledem (vipašjana) jedna ze dvou hlavních větví buddhistické meditační kultivace (bhávana). Zklidnění je duševní klid a stabilita, která vzniká kultivací soustředění (samádhi). Šamatha je technicky definována jako specifický stupeň soustředění, který je nezbytný k vytvoření vhledu (vipašjana) do skutečnosti, a tím vede ke zničení strastí (kléša). Šamatha je pokročilejší stupeň soustředění než ten, který je obvykle spojován se smyslovou sférou (kámadhátu), ale ne zcela odpovídá prvnímu meditačnímu pohroužení (dhjána), tj. prvnímu pohroužení spojenému s jemnohmotnou sférou (rúpávačaradhjána). Podle Jógáčárabhúmi a Abhidharmasamuččaja je šamatha základním stavem (maula) každého ze čtyř soustředění (dhjána) a dosažení (samápatti), na rozdíl od sousední části, která je přípravou na tento základní stav (viz sámantaka), což je vipašjana. Proces meditační kultivace, který vrcholí klidem, má podle jednoho popisu devět stupňů. V popisu, který se nachází například v Madhjántavibhága, je uvedeno osm sil, které během těchto stadií působí na odstranění pěti překážek: konkrétně lenosti, zapomínání na předmět soustředění, neklidu a obav, nedostatečného používání protilátek (anabhisanskára) a přílišného používání protilátek (abhisanskára). V počáteční fázi, kdy se mysl poprvé zaměřuje na svůj objekt, působí proti první překážce, lenosti, komplex čtyř motivačních mentálních faktorů: čanda (touha po činu), vjájáma (odhodlání), šráddha (víra) a prašrabdhi (poddajnost či připravenost k úkolu). Když kultivace klidu dosáhne poněkud pokročilejšího stadia, působí bdělost (smrti) proti zapomínání, k němuž dochází, když se soustředění odkloní od objektu meditace. Když je poprvé dosaženo proudu soustředění, působí proti otupělosti a neklidu meta-vědomí zvané introspekce neboli jasné chápání (sanpradžanja). A konečně v posledních fázích procesu dochází k uplatňování (abhisanskára), aby se zvýšila intenzita soustředění na potřebnou úroveň a zabránilo se jemnému přehnanému vzrušení, které přichází s pocity velké lehkosti; a těsně před dosažením šamathy dochází k odložení jakéhokoli uplatňování vědomého úsilí. V tomto okamžiku klid pokračuje sám od sebe jako přirozený proud klidu, přinášející velké tělesné vytržení (príti) a duševní uvolněnost (sukha), která se ustálí v pokročilém stavu klidu zvaném šamatha. (PDB)

šrámanéra viz sámanéra

šrótápanna (pa. sótápanna): dosl.: „vstoupivší do proudu“; označuje první stupeň svatosti v hínajáně (árjamárga, árjapudgala), jehož může dosáhnout stoupenec víry (šraddhá) či učení (dharmánusárin). Vstoupivší do proudu je oproštěn od prvních tří pout individualistického názoru, pochybnosti a lpění na obřadech a pravidlech (sanjódžana), avšak ještě se neosvobodil od vášní (kléša). Musí se nejvýš sedmkrát přerodit, a to jen v jednom z dobrých způsobů existence, aby dosáhl osvobození. Pokud však už částečně ovládl náchylnost k smyslnosti (káma) a zlovůli, potřebuje pouze dvě až tři znovuzrození. (LVM)

Šúrangama sútra: mahájánová buddhistická sútra, která měla vliv zejména v čchanovém buddhismu. Obecný doktrinální pohled Šúrangama sútry je esoterický buddhismus a buddhovská přirozenost s určitým vlivem Jógáčáry. Ohledně překladu této sútry se vyskytly pochybnosti, protože nebyla sponzorována čínským císařským dvorem, a proto se záznamy o jejím překladu na počátku osmého století nedochovaly pečlivě; nicméně v žádné čínskojazyčné Tripitace včetně Taišó Tripitaky, kde je zařazena do kategorie esoterických súter, nebyla nikdy zařazena jako apokryf. Sútra byla přeložena do tibetštiny na přelomu osmého a devátého století a existuje její úplný překlad v tibetštině, mongolštině a mandžuském jazyce. Současná shoda panuje v tom, že text je spíše kompilací indických materiálů s rozsáhlými úpravami v Číně než překladem jediného textu ze sanskrtu. V jednom čínském chrámu byl objeven rukopis palmových listů v sanskrtu, který se skládá z 226 listů, přičemž 6 listů chybí, a který podle úvodu "obsahuje Šúrangama sútru"; jeho pravost se dosud nepodařilo ověřit.

Mezi hlavní témata Šúrangama sútry patří bezcennost Dharmy, pokud není doprovázena silou samádhi, a důležitost morálních přikázání jako základu buddhistické praxe. Zdůrazněno je také téma, jak účinně bojovat s bludy, které mohou vzniknout během meditace

Dva typy mysli: Buddha při výuce svého bratrance Ánandy o mysli velmi důležitě rozlišuje, že ve skutečnosti neexistuje jeden, ale dva různé typy mysli (které se svou povahou zásadně liší), které si musíme uvědomovat při naší duchovní kultivaci:

1. Za prvé, běžná citová mysl, které jsme si vědomi a která je celý život zapletena do osidel iluzorních vjemů a nahodilých myšlenek;

2. A za druhé věčná pravá mysl, která je naší skutečnou přirozeností a která je stavem Buddhy."

Ánando, jaké jsou tyto dva základy?

> První je mysl, která je základem smrti a znovuzrození a která trvá po celou dobu, která nemá počátek. Tato mysl je závislá na vnímaných předmětech a je to právě ona, kterou vy a všechny bytosti využíváte a kterou každý z vás považuje za svou vlastní přirozenost.
>
> Druhým základem je osvícení, které nemá počátek; je to původní a čistá podstata nirvány.

V části o padesáti skandha-márách je ke každé z pěti skandh přiřazeno deset skandha-márů a každá skandha-mára je podrobně popsána jako odchylka od správného samádhi.

U každého stavu je uveden popis mentálních jevů, které praktikující zažívá, příčiny těchto jevů a obtíže, které vznikají z připoutanosti k těmto jevům a jejich nesprávné interpretace. V podstatě je zde představena jak jedinečná metoda katalogizace a klasifikace duchovních zkušeností, tak i uvedení příčinných faktorů, které se na prožívání jevů podílejí. (*Podle Wikipedia*)

Anglický překlad sútry

T

tathatá: „takovost"; ústřední pojem mahájány, označující absolutno, pravou povahu všech věcí. Obecně se tathatá interpretuje jako neměnná, nehybná, ležící mimo všechny pojmy a veškeré rozlišování. „Takovost" tvoří protiklad „zdánlivosti" jevů, je beztvará, nestvořená a prostá vlastní podstaty (svabháva). Tathatá jako takovost a nedvojnost věcí ukazuje probuzení (bódhi) jakožto nejvyšší osvícení cestou ztotožnění subjektu a objektu. - Tathatá významem odpovídá pojmům tathágatagarbha, buddhovská přirozenost, dharmakája, dharmatá. (LVM)

té-vidždžá: ten, kdo je obdařen ‚trojím (vyšším) věděním'. V buddhismu ten, kdo dosáhl třech druhů vyššího poznání, jmenovitě: rozpomenutí si na minulá zrození, božského zraku a odstranění všech zákalů. Tévidždžá-sutta, D. 13. (Thera Nyanatiloka: Buddhistický slovník)

Théragáthá: sbírka 107 písní (gátha), jež jsou připisovány „nejstarším" mnichům (théra); pocházejí z dob raného buddhismu. Jsou součástí Khuddakanikáji, páté sbírky Suttapitaky.

Thérígáthá: 73 písní ženských „nejstarších" (thérí), jež byly proslulé svými ctnostmi. Jsou součástí Khuddakanikáji, páté sbírky Suttapitaky.

Théraváda: Pálijsky, dosl.: "učení starších"; hínajánová škola (zvaná též pálijská škola), která patří ke skupině sthavirů a vyvinula se ze směru vibhadžjavádinů. Založil ji Móggaliputta Tissa a 250 př.Kr. ji Mahinda uvedl na Cejlon, kde její myšlenky zastávali mniši z kláštera Mahávihára. Neshody ohledně otázek disciplíny však vedly k štěpení i uvnitř théravády. Dnes je théraváda rozšířena v zemích jihovýchodní Asie (Šrí Lanka, Barma, Thajsko, Kambodža, Laos a část jihozápadní Číny).

Théraváda jakožto jediná dodnes přežívající škola hínajány se pokládá za nejpůvodnější podobu buddhismu. Její kánon sestavený v páli pochází podle názoru théravádinů přímo z úst Buddhy. Učení théravády v podstatě sestává ze čtyř ušlechtilých pravd, osmidílné cesty, poučky o závislém vznikání (pratítja-samutpáda) a anátmanové doktríny. Důraz v théravádě leží na vysvobození jednotlivce, jenž je výsledkem vlastního snažení a jehož lze dosáhnout dodržováním pravidel mravnosti (síla) a vedením mnišského způsobu života. Ideální postavou théravády je arhat.

V théravádě, jež má silně analytický charakter, zaujímá významné místo abhidharma. - Mezi důležitá nekanonická díla této školy patří Visuddhimagga a Milindapaňha; k předním dogmatikům se řadí Buddhaghóša, Dhammapála, Anurudha a Buddhadatta.

trilóka též **trailókja, traidhátuka**: tři různé světy či sféry, jež tvoří sansáru a v nichž probíhá koloběh životů všech bytostí procházejících šesti formami existence (gati). Jsou to:

1. kámalóka (sféra žádosti, též kámadhátu): zde vládnou pohlavní chtíče a další formy žádostivosti. Kámalóka zahrnuje obyvatele pekel (naraka), lidi, zvířata, šest tříd bohů (déva) a asury.
2. rúpalóka (sféra tělesnosti prosté žádostí, též rúpadhátu): zde touha po sexualitě a potravě odpadá, avšak možnost požitků dále trvá. Tato sféra zahrnuje ty bohy, kteří dlí v dhjánových nebesích. Znovuzrození v tomto světě je možné dosáhnout prováděním čtyř pohřížení (dhjána).
3. arúpalóka (sféra netělesnosti, též arúpadhátu): tato oblast představuje čisté duchovní kontinuum a skládá se ze čtyř nebes, v nichž se lze přerodit prostřednictvím cvičení arúpasamádhi.

tršna, **tanha**: „žízeň“, touha, chtivost, choutka; jeden ze základních pojmů buddhismu. Tato žízeň je příčinou všech strastí (duhkha, dukkha), jak se praví v druhé ušlechtilé pravdě.

U

upačára-samádhi: V páli "přístupová koncentrace", "blízká koncentrace" nebo "pohraniční koncentrace"; základnější ze dvou širokých typů koncentrace (samádhi) popsaných v pálijské komentářové literatuře. Oba tyto dva typy samádhi se používají s odkazem na meditující, kteří se specializují na techniky klidu (samatha, šamatha). Upačára samádhi předchází plnému meditačnímu pohroužení (džhána, dhjána) a je nejvyšší úrovní soustředění, kterou lze rozvinout z diskurzivnějších témat meditace (kammatthána), tj, prvních osm z deseti rozjímání (anussati; anusmrti) o Buddhovi, dharmě, sangze, morálce, štědrosti, božstvech, smrti a míru, jakož i rozjímání o odpornosti jídla a rozboru čtyř hmotných prvků. Upačára samádhi se vyznačuje vizualizací světelného "protiobrazu" či "zastupujícího" "obrazu" (patibháganimitta) předmětu meditace v mysli. Právě dalším soustředěním na tento stabilní zástupný obraz mysl nakonec dosáhne "plného soustředění" (appaná samádhi), které vede k džháně. (Viz též khanika samádhi; sámantaka). Podle některých théravádových výkladů (např. v moderním hnutí Vipassana) je prý k dosažení stavu *vstupu do proudu* (sótápanna; šrótápanna) zapotřebí soustředění přinejmenším na úrovni upačára samádhi. (*PDB*)

upakkilésa: ‚znečištění‘ či ‚poruchy‘.

V M. 7 a M. 8 se uvádí následující seznam šestnácti ‚znečištění mysli‘ (čittassa upakkilésa):

1. chamtivost a chtivost po nepravých věcech (abhidždžhávisamalóbha),

2. zlovůle (vjápáda),

3. hněv (kódha), 4. nevraživost (upanáha),

5. pomlouvání (makkha),

6. panovačnost (palása),

7. závist (issá),

8. lakota (maččharija),

9. klam (májá),

10. podvádění (sáthejja),

11. neústupnost (thambha),

12. drzost (sárambha),

13. domýšlivost (mána),

14. namyšlenost (atimána),

15. marnivost (mada) a

16. nedbalost (pamáda).

Existují tři skupiny znečištění týkající se meditace:

a. Devět mentálních znečištění, které se mohou vyskytovat u člověka podstupujícího výcvik v kultivaci mysli (adhičitta), zahrnuje: tři hrubá znečištění – špatné jednání skutky, řečí a myšlenkami; tři středně závažná znečištění – myšlenky motivované smyslnou touhou, zlovůlí a krutostí; tři jemná znečištění – přemýšlení o příbuzných, o své zemi a o své pověsti (A. III, 100).

b. Osmnáct znečištění spojených s meditací nádechu a výdechu (ánápána-sati), která jsou zmíněna v Pts.M. (Ánápána-kathá).

c. Deset ‚poruch vhledu' (vipassaná-upakkilésa).

(BS)

upékša: (pálijsky upekkhá); vyrovnanost, jedna z nejdůležitějších buddhistických ctností. Upékša označuje za 1. stav, v němž není radosti ani zármutku, který je na obou nezávislý; 2 ducha, jenž se nachází v rovnováze a je povznesen nad veškeré rozlišování; v buddhistických textech se upékša vyskytuje většinou v druhém významu. Upékšá tvoří jeden ze sedmi článků osvícení (bódhjanga) a jednu ze čtyř brahmavihár. (LVM)

V

vasí: ‚mistrovství‘ či ‚dovednost‘. Visuddhi-magga IV uvádí pět druhů mistrovství, která by si měl osvojit každý, kdo chce rozvíjet pohroužení (džhána), a to nejprve v rámci prvního pohroužení. Jmenovitě jsou to: mistrovství rozhodnout se (adhitthána-vasí), mistrovství zaměřit se na předmět pohroužení (ávadždžanavasí), mistrovství vstoupit do pohroužení (samápadždžana-vasí), mistrovství vystoupit z pohroužení (vutthána-vasí) a mistrovství reflektování (paččavekkhanavasí).

„Mistrovstvím vstoupit do pohroužení se nazývá to, když je někdo schopen kdekoli, kdykoli a na libovolnou dobu vstoupit bez potíží do prvního pohroužení“. Podobným způsobem jsou vysvětlena i ostatní mistrovství. (BS)

vičára: v sanskrtu a páli "trvalé myšlení", "trvalá pozornost", "imaginace" nebo "analýza"; jeden ze čtyřiceti šesti mentálních faktorů (čaitta) podle školy vaibhášika v sarvástivádské abhidharmě, jeden z padesáti jedna podle školy jógáčára a jeden z padesáti dvou v pálijské abhidhammě. Ačkoli etymologicky tento termín obsahuje konotaci "analýza", vičára je v buddhistickém lexikonu vícevýznamová a označuje mentální aktivitu, která může být přítomna jak v běžných stavech vědomí, tak v meditativním pohroužení (dhjána). V běžném vědomí je vičára "trvalé myšlení", tj. nepřetržité uvažování o věcech. Je uvedena jako neurčitý mentální faktor (anijata-čaitta), protože může být použita jak ke ctnostným, tak k nectnostným cílům, v závislosti na záměru a předmětu pozornosti. Vičára jako mentální činnost obvykle následuje po vitarce, přičemž vitarka je "počáteční uplatnění myšlenky" a vičára "trvalé myšlení", které následuje poté, co se pozornost již upřela k nějakému objektu. V kontextu meditativního usebrání lze vičáru přeložit jako "trvalou pozornost" nebo "trvalé uplatňování pozornosti". Pomocí vitarky praktikující zaměřuje svou pozornost na zvolený meditační objekt. Když je pozornost správně nasměrována, praktikující následně uplatňuje a nepřetržitě upíná pozornost na stejnou věc a hluboce prožívá (nebo zkoumá) daný objekt. V meditačním usebrání je vičára jedním z pěti faktorů, které tvoří první dhjánu. Podle Visuddhimaggy je "aplikované myšlení" (vitakka, vitarka) jako včela letící ke květu, která se orientovala na zvolený cíl, zatímco "trvalá pozornost" (vičára) je jako včela vznášející se nad tímto květem a upřená se na něj. (PDB)

vikkhambhana-pahána: ‚překonání potlačením‘, představuje jeden z pěti typů překonání neprospěšného; pahána. Srov. M. 20.

vikšipta: "roztěkaný" nebo vikšiptačitta (rozrušený nebo duševně rozrušený). Existují lidé, kteří, aniž by byli pomatení (unmatta), jsou často roztržití (vikšipta). Pozornost je jako opice (markata), když není pevná, dochází k rozptýlení. Rozrušená a zbrklá mysl se upíná k množství objektů; pak člověk ztrácí mentální sílu (čittabala) a není schopen najít Cestu.

Jaké jsou příčiny rozptýlení (vikšipta)? Oslabení fungování dobrých myšlenek, honba za zlem: to jsou příčiny rozptýlení. Dále lidé neberou v úvahu pomíjivost (anitja) věcí, příznaky smrti

(marana-nimitta) ani univerzální prázdnotu (loka-šúnja); jsou upoutáni na dlouhý život (dírghájus), myslí jen na své vlastní záležitosti a jsou rozptýleni v mnoha směrech: proto jsou rozptýlení. A nakonec se netěší z vnitřní radosti pramenící z Buddhadharmy; hledají příležitosti k potěšení navenek a sledují příčiny potěšení; proto jsou roztěkaní. Když však tito roztržití lidé přijdou k Buddhovi, jejich pozornost se upevní.

Podle Mahápradžňápáramitášástry z 2. století (kapitola XXVIII) je "meditace (dhjána) soustředění rozptýlené mysli (vikšiptačitta-sangrahana). Rozptýlení víří snadněji než peří divoké husy (sárasaloman); není-li jejich odlet omezován, je jejich rychlost větší než rychlost hurikánu; je těžší je zadržet než opici (markata); objevují se a mizí rychleji než blesk (vidjut)".

(Zdroj: academia.edu: Gaganagañjaparipṛcchā, studie a překlad.)

Vimalakírtinirdéša (někdy označovaná jako **Vimalakírti sútra** nebo **Vimalakírtinirdéšasútra**): „Sútra naučení Vimalakírtiho“, významný spis mahájány, název je odvozen od jména hlavní osobnosti, bohatého kupce, jenž se stal bódhisattvou, přestože vedl světský život. Dosáhl velmi vysokého stupně osvícení, podle některých názorů druhého po Buddhovi. Ve východní Asii měla mimořádný vliv, ale v indické a tibetské subtradici mahájánového buddhismu měla pravděpodobně podstatně menší význam. Slovo nirdéša v názvu znamená "poučení, rada" a Vimalakírti je jméno hlavního hrdiny textu a znamená "Sláva bez poskvrny".

Sútra učí mimo jiné o významu nedualismu, učení o pravém těle Buddhy, o charakteristickém mahájánovém tvrzení, že zdání světa jsou pouhé iluze, a o nadřazenosti mahájány nad ostatními stezkami. Do úst upásaky (laického praktikujícího) Vimalakírtiho vkládá učení určené arhatům i bódhisattvům, týkající se nauky šúnjata. Ve většině verzí je řeč textu zakončena beze slov učením o mlčení.

Sanskrtský originál byl sepsán asi během 2. století n.l., ale nedochoval se. Je dochováno několik překladů čínských, z nichž nej důležitější přeložil Kumáradžíva. Vděčí za svou oblibu tomu, že zdůrazňuje stejnou hodnotu života mnicha i laického vyznavače. Popisuje buddhistický životní styl vedoucí ke spáse a praktické aplikace znalosti prázdnoty (šúnjatá) jsoucna. Ctěná sútra v zenu.

Překladatel Burton Watson tvrdí, že Vimalakírtiho Nirdéša vznikla pravděpodobně přibližně v roce 100 n. l. (Wikipedia)

- Překlad Diana Y. Paul z čínštiny do angličtiny
- Překlad Robert A.F. Thurmana

vimókša, vimokkha: osvobození od koloběhu znovuzrozování (sansára) znamená to zbavit se a vyvarovat sklonů k účasti na lnutí a lpění, k lačnosti a dychtění, které vyplývají z falešné představy o existenci duše, a to skrze přirozeně uvědomělý nezájem (upékša, upekkha) a z něj vyplývající aktivní rovnodušnost. Aby mnich dosáhl osvobození, tedy spásy, musí nejen poznat a uvědomit si pravou přirozenost všehomíra, jeho pravou podstatu, což by samo o sobě nestačilo, on ji musí prožít a zažít svou vlastní zkušeností. Výborný mnich arhant (arahant)

může dospět k procitnutí (bódhi) a k vyvanutí (nirvána, nibbána) již v tomto životě a na tomto světě a trávit sobě vyměřený čas v různých stavech osvobození bez jakéhokoli lnutí a lpění a bez jakékoli vazby na cokoli. Je prost všech chtíčů a choutek a ví, že se již nikdy nenavrátí. (MEB)

vimokkha: ‚osvobození'. Rozlišuje se buď trojí (I), nebo osmeré (II) osvobození: Tři typy osvobození tvoří:

1. ‚nepodmíněné' či ‚znakůprosté osvobození' (animitta-vimokkha),
2. ‚osvobození prosté touhy' (appanihita-vimokkha) a
3. ‚osvobození skrze prázdnotu' (suňňatá-vimokkha).

Nazývají se též třemi ‚branami osvobození' (vimokkha-mukha), neboť představují tři různé přístupy ke stezce svatosti. –

- „Nepodmíněného osvobození dosáhne ten, kdo naplněn rozhodností (adhimokkha) nahlíží všechny formace jako pomíjivé (aničča)."
- „Osvobození prostého touhy dosáhne ten, kdo naplněn klidem nahlíží všechny formace jako strastné (dukkha)."
- „Osvobození skrze prázdnotu dosáhne ten, kdo naplněn poznáním nahlíží všechny formace jako bez ‚já' (anattá)".

Osm typů osvobození (attha-vimokkha) se často vyskytuje v suttách (A. VIII, 66; D. 16 atd.). (BS – zkráceno)

vipáka: dosl.: „zrání, plod"; v učení o karmě se pod pojmem vipáka rozumí nazrávání „plodu" (phala), určitého činu. Pokud je plod zralý, projevují se nějakým způsobem na svém původci. K uzrání plodů může dojít v tomto životě, ale také až v příštím anebo některém pozdějším znovuzrození. Považuje se za pozitivní, když špatný čin dosáhne zralosti ještě v průběhu současného života. (LVM).

vipassana, v sanskrtu: **vipašjana:** ‚vhled', je intuitivním zábleskem představujícím přímé poznání skutečnosti s ohledem na pomíjivou (aničča), strastiplnou (dukkha) a neosobní (anattá) povahu všech existujících tělesných a mentálních jevů. Poznání získané vhledem (vipassaná-paňňá) je v rámci Buddhova učení rozhodujícím osvobozujícím činitelem, ale je nezbytné rozvíjet jej spolu s etikou a soustředěním. Pokročilá praxe rozvíjení vhledu vede přímo k dosažení jednotlivých stupňů svatosti.

Vhled může být světský (lókija) nebo nadsvětský (lókuttara). Nadsvětský vhled je trojí: 1. spojený s některou z nadsvětských stezek, 2. spojený s některým z nadsvětských plodů, 3. týkající se zániku či spíše ustání vědomí (niródha-samápatti). samatha-vipassaná, visuddhi (podle BS)

Podle Abhidhammy, dílčího komentáře 1 - 253 a dílčího komentáře 1 - 109, existují dva druhy vipassany:

1. anupada dhamma vipassana a
2. kalapa sammasana vipassana neboli naja vipassana.

V anupada dhamma vipassaně se medituje o konečné skutečnosti (paramattha dhamma) jedna po druhé. Jako příklad lze uvést, že pokud se analyzuje jednotka tělesnosti oko-dekad, existuje 10 tělesných faktorů. Z těchto deseti meditujte pouze o charakteristice nestálosti, charakteristice utrpení, charakteristice ne-já, pouze o prvku země; pak pouze o prvku vody; pouze o prvku ohně atd. Podobně pro mentalitu prvního pohroužení existuje 34 mentálních faktorů v impulsu. Z těchto 34 meditujte pouze o charakteristice pomíjivosti, charakteristice utrpení, charakteristice ne-já, pouze o vědomí; pak pouze o kontaktu (phassa); pak pouze o pociťování (védana) atd. Tímto způsobem by měla být meditace prováděna postupně.

Při způsobu kalapa sammasana je v očích 54 druhů tělesnosti. Nyní se medituje o třech charakteristikách těchto 54 druhů tělesnosti jako celku. Rozpoznáváním vzniku a zániku těchto 54 druhů tělesnosti meditující rozjímá o povaze pomíjivosti; rozpoznáním, že jsou sužovány neustálým vznikáním a zánikem, medituje o povaze utrpení, rozpoznáním, že v těchto 54 druzích tělesnosti není žádná duše, žádná nezničitelná podstata, medituje o povaze ne-já. Jako člověk medituje v očích jako celku, podobně medituje o každé smyslové základně ucha, nosu, jazyka a těla, 42 částech těla (kotthasa) jako celku. Medituje vnitřně jako celek a poté medituje o tělesnosti skupin bytostí v 31 říších jako o celku navenek. Tělesnost vody, země, stromů, lesa, hor, skupin neživých bytostí by měla být také meditována jako celek. Tento způsob meditace jako celek se nazývá kalapa sammasana. Meditujte v stejným způsobem pro dhammu mentality. (*Aňňatara Bhikkhu: Cascade Purification*)

vipassanu-sóta a **vipassanu-čitta**: první pojem může být pracovně překládán jako ‚spodní proud tvořící podmínku existence', druhý jako ‚podvědomí'. Jak ale bude zřejmé z následujícího, pojem ‚podvědomí' zde má v několika ohledech jiný význam než v západní psychologii. Vipassanu (bhava-anga), zmiňovaná v rámci kanonické literatury dvakrát či třikrát v Pattháně, je vysvětlena v komentářích abhidhammy jako základna nebo podmínka (kárana) existence (bhava), bez které není život a která má povahu procesu či doslova proudu (sóta). Zde jsou od nepaměti hromaděny všechny vjemy a zkušenosti nebo, lépe řečeno, zde působí. Plnému vědomí zůstávají skryté, ale příležitostně se vynoří jako podvědomé jevy a překročí práh plného vědomí nebo se tímto překročením stanou zcela uvědomované. Pomocí tohoto tzv. ‚podvědomého proudu života' mohou být vysvětleny schopnost paměti, paranormální psychické jevy, mentální a fyzický růst, karma a znovuzrozování atd. Dalším alternativním překladem je ‚životní kontinuum'. - Je třeba poznamenat, že vipassanu-čitta je stav vědomí vzniklý v důsledku karmy a že v případech lidského zrození a zrození ve vyšších formách existence je to vždy důsledek dobré či prospěšné karmy (kusala-kamma-vipáka), ačkoli s různým stupněm účinnosti (patisandhi). To samé platí o ‚vědomí znovuzrození' (patisandhi) a ‚vědomí smrti' (čuti), které jsou jen zvláštními projevy podvědomí. Ve Vism. XIV se uvádí:

„Jakmile ‚vědomí znovuzrození‘ (v zárodku v okamžiku početí) zaniklo, vyvstane podobné podvědomí, které má přesně tentýž předmět, následuje bezprostředně po ‚vědomí znovuzrození‘ a je důsledkem té či oné karmy (tj. volního jednání učiněného v předchozím životě, které je předmětem vzpomínky v okamžiku před smrtí). A pak znovu vyvstane další podobný stav podvědomí. A dokud nevyvstane jiné vědomí, které přeruší ‚kontinuum proudu života‘, bude tento životní proud, jako tok či řeka, vyvstávat znovu a znovu stejným způsobem, i během bezesného spánku a jindy. Tímto způsobem je třeba chápat neustálé vyvstávání oněch stavů vědomí v proudu života.“

vipassana: viz vipašjana

vipašjana: (pálijsky vipassaná); vhled, jasnozření, intuitivní poznání tří znaků bytí, a sice pomíjivosti, strastnosti a neosobnosti (anitja, duhkha a anátman) všech tělesných a duševních jevů. V mahájánovém buddhismu je vipašjaná chápána jako analytické zkoumání povahy věcí, jež vede k prohlédnutí pravé podstaty světa, prázdnoty (šúnjatá). Tento vhled zabraňuje vznikání nových žádostí. – Vipašjaná je jedním ze dvou činitelů, podstatných pro získání osvícení (bódhi); druhým je šamatha (uspokojení ducha). (LVM)

virága: potlačení všech citových hnutí, třetí stupeň meditace (dhjána, džhána). (MEB)

vírja (páli: virija) – rozhodnost, síla vůle; energie jež tvoří podklad neúnavného úsilí dosáhnout toho, co je blahé, a vyvarovat se toho, co je neblahé, nečisté přeměnit v čisté. – Vírja je totožná s 6. článkem osmidílné cesty a odpovídá jí i čtvero dokonalých snah; kromě toho vírja tvoří jednu z patera sil (bala), jednu z páramit, jeden ze sedmi článků probuzení (bódhjanga) a jednu ze schopností označovaných jako indrija.

Visuddhimagga: dosl.: "Cesta čistoty". Nejdůležitější postkanonické dílo théravády. V 5. stol, je vytvořil Buddhaghóša. Visuddhimagga v systematické podobě podává učení pálijské školy, směru, soustředěného kolem kláštera Mahávihára. Dělí se na tři části a obsahuje celkem 23 kapitol: kapitoly 1-2 pojednávají o ctnosti (šila), kapitoly 3-13 o soustředění (samádhi) a kapitoly 14-23 o moudrosti (pradžňá). Oddíl věnovaný soustředění podrobně popisuje různé théravádové metody a předměty meditace, jež umožňují rozvoj soustředění a rovněž uvádí plody rozjímání. V části o pradžně jsou vyloženy základní stránky buddhistického učení (čtyři ušlechtilé pravdy, pratítjasamutpáda, osmidílná cesta apod.)

vitarka (v *páli:* ***vitakka****):* v sanskrtu "myšlenka", "aplikované myšlení" nebo "aplikovaná pozornost"; jeden ze čtyřiceti šesti mentálních průvodních jevů (čaitta) podle školy vaibhášika v sarvástivádské abhidharmě, jeden z padesáti jedna podle školy jógáčára a jeden z padesáti dvou v pálijské abhidhammě. Ačkoli etymologicky tento termín obsahuje konotaci "zkoumání", je vitarka v buddhistickém lexikonu mnohovýznamová a označuje mentální aktivitu, která může být přítomna jak v běžných stavech vědomí, tak během meditativního pohroužení (dhjána). Obecně může vitarka jednoduše označovat myšlenky, a to konkrétně "rozptýlené myšlenky", jako je tomu ve Vitakkasantánasuttě. V běžném vědomí se snad nejlépe překládá jako "aplikované myšlení" nebo "počáteční aplikace myšlenky" a označuje

momentální upření pozornosti na zvolený objekt. Vitarka je v abhidharmě uvedena jako neurčitý mentální faktor (anijata-čaitta), protože může být použita jak ke ctnostným, tak k nectnostným cílům, v závislosti na záměrech a předmětu pozornosti. V meditativním usebrání je vitarka jednou z pěti složek (dhjánánga), které tvoří první dhjánu, a v tomto kontextu se asi nejlépe překládá jako "aplikovaná pozornost" nebo "počáteční uplatnění pozornosti". V dhjáně vitarka zahrnuje zaměření pozornosti na jediný zvolený meditační objekt. Podle pálijské Visuddhimaggy je "aplikovaná pozornost" jako včela letící ke květině, která se zaměřila na zvolený cíl, zatímco "trvalá pozornost" (vičára) je jako včela vznášející se nad touto květinou, která má s květinou bližší kontakt a upíná se na ni. (*PDB*)

vivékadža: zrozený v odloučení, znamená nepřítomnost pěti překážek.

Z

závislé vznikání: také **odvislé vznikání**, **patičča-samuppáda**, **pratítjasamutpáda**. - Doktrína příčinně podmíněného vznikání, pojem, který spolu se čtyřmi ušlechtilými pravdami a s pojetím „neduše" (anátman, anatta) tvoří jádro nauky buddhismu. V různých školách je tato doktrína tradována poněkud různě, ale vždy platí: „Nastane-li toto, nastane ono; vznikne-li toto, vznikne ono; nenastane-li toto, nenastane ono; zanikne-li toto, zanikne ono." Všechny školy se též shodují v zásadě na formulaci dvanácti logicky sřetězených pojmů, z nichž vždy ten předcházející je podmíněnou příčinou následujícího a podmiňuje ho. Jsou to:

1. Nevědomost (avidja, aviddža).
2. Tvůrčí představy (sanskára, sankhára), to jest psychické vlohy, duševní součinitele, volní impulzy.
3. Vědomí (vidžňána, viňňána).
4. Pojem a tvar (námarúpa), to jest pojmenování a tělo, osobní individualita.
5. Šestero smyslových oblastí (šadájatana, salájatana), tj. pět smyslů a mysl (čitta) a objekty jimi postihované.
6. Styk (sparša, phassa), tedy podněty, vjemy.
7. Cítění (védana), to jest pocitové vzruchy.
8. Žízeň (tršna, tanha), to jest chtíč, touhy a choutky.
9. Lnutí a lpění (upádána).
10. Vznik a bytí (bhava).
11. Zrození či znovuzrození (džáti).
12. Chátrání a smrt (džarámarana).

Tyto sřetězené pojmy jsou v nauce symbolizovány jako: 1. Slepá žena. 2. Hrnčíř. 3. Opice. 4. Dva ve člunu. 5. Dům o šesti oknech. 6. Dvojice milenců. 7. Šíp v oku. 8. Piják. 9. Sběrač ovoce. 10. Soulož. 11. Rodička. 12. Spalovač mrtvol.

Teorie podmíněného vznikání je důmyslné vyjádření zákonitého sřetězení příčin a účinků a jejich kauzálních vztahů. Buddhisté všech filozofických škol ji považují za „nejcennější klenot" všeho Buddhova učení.

Pro hínajánu je podmíněné vznikání samou příčinou strastí (duhkha, dukkha), neboť každá věc sestavená (sanskrta, sankhata) má svou příčinu a je podmíněna, a tudíž není nadána svou vlastní podstatou; tento názor vedl k popření duše i ega. Mahájána jde dál a skrze tuto síť podmíněných příčin dokazuje neskutečnost všeho bytí. Nágárdžuna a jeho škola madhjamaka ztotožňují zákon pratítjasamutpády se svou prázdnotou (šúnjata, suňňata). Protože podle tohoto zákona jsou všechny věci vzájemně sřetězeny, propojeny a spjaty a tím pádem každá věc je vlastně průsečíkem vzájemných vztahů, nemohou věci existovat samy o sobě, jsou ovlivňovány, jsou pomíjivé, nemají svou vlastní podstatu a navzájem se

sobě připodobňují. Věci tedy neexistují samy o sobě, jsou zbaveny vlastních charakteristických rysů, neboť jsouce jen průsečíkem vzájemných vztahů vlastně vůbec neexistují jako takové. Vidžňánaváda soudí, že jedině správným pochopením pratítjasamutpády lze vykořenit omyl spočívající ve změtení pojetí bytí a nebytí, totiž v tom, že nebytí je bytí a bytí je nebytí. Pradžňápáramitásútry zdůrazňují, že jednotlivé články pratítjasamutpády nejsou jevy následné v čase, nýbrž tvoří hluboce a zásadně vzájemně závislý a pospojovaný komplexní celek. (Podle MEB)

Ž

Žáci viz Cesta žáků

INFO

Přepis nahrávky komentářů Bhanteho Dhammadípy, překlad komentovaného textu od Kumáradžívy z angličtiny do češtiny, kontrola správnosti české transkripce odborných termínů, rozčlenění a názvy kapitol a podkapitol, sestavení Slovníku a poznámky (vyjma poznámek v zdrojovém textu):

Jaroslav Holeček 2021-2022 (web)